

மங்கையர் மலர்

தவம்பர் '88 ரூ. 4/-



சாப்படுவது கூட
ஏக்கையா?

உலகக் கிரகஜாக் பொதுவொதுப்பிர்



க்ராக்ஜாக் சுவைப்பிர்
எதுவுடனும்!



இனிப்பும் உப்பும்
இணைந்த க்ராக்ஜாக்
முதிய பொன்னிற பேக்கிங்ஸ்



செந்தீது செந்தீது செந்தை செந்தையிலேட்டாய்...



பாண்டிமாந்

எங்கள் வீட்டில் மற்ற எந்த விஷயத்திலும் வேற்றுமையிருந்தாலும், ஒரு விஷயத்தில் மட்டும் ரொம்ப ஒற்றுமை... வேண்டாத சாமான்கள் சேர்ப்பதில்...

நின்றவ சாமான்கள் சேர்க்க ஆசையுள்ளவர்கள் பெரிய வீடு கட்டிக் கொண்டு பர்ம னெண்டாக ஓர் இடத்தில் இருக்க வேண்டும். என்னைய் போல 'யாதும் கைரே' என்று மூன்று வருஷங்களுக்கொரு முறை குடிசை தூக்கும் ரயில்களை உத்தியோகஸ்தனாகக் கல்யாணம் பண்ணிக் கொண்டால் அதற்கெற்றாற் போல் இருக்க வேண்டாமா? 'வேதாஸத்துக்கு வாழ்க்கைப் பட்டால் முருங்கை மரத்தில் ஏறித்தானாக வேண்டும்.' ஆனால் எங்கள் வீட்டில் எல்லாமே தலைகீழ். முருங்கை மரத்தில் நான்தான் ஏறுகிறேன்.

பலமுறை எடுத்துக் கொல்லிப் பார்த்து விட்டேன். உபயோகமில்லாத பொருட்களைத் தூக்கிப் போடலாமென்று விடாமுயற்சி செய்து பார்த்து... விட்டு விட்டேன். எனக்கே அலுத்துப் போய்விட்டது.

என் மனைவியின் ஆசைக்கு அளவே வில்லை. இரண்டு கவர் முழக்க அலமாரி அடித்துப் பாதிரிஸ் கவித்தது போதாதென்று, பார்த்த புது பாதிரியைகளையெல்லாம் வாங்கிக் கொண்டேயிருப்பான். இதைத் தவிர பரிசாக வருகின்ற விதவிதஸ்தைப் பாதிரிங்கள், மூடி போட்ட தெயின், பட்டை போட்ட தெயின், அகல வாய் பேசின், இதைபெல்லாம் எவத்துக் கொண்டு என்ன செய்யப் போகிறாம், பாருக்காவது 'ப்ரஸென்ட்' பண்ணிவிடலாமென்று பெயர் போடாத சிலவற்றை

நான் தொடர்பால் போசிக். ஏதோ அவள் சொத்தை நான் அபகரிப்பது போல் கத்துவான் என் மனைவி. 'எனக்கு வந்தது எதை யும் தான் தர மாட்டேன்' என்ற பிடிவாதம் வேறு...

ஒன்றுவிட்ட பெரியம்மா தந்த ஒன்றரை படி வடிக்கிற வெண்கலப் பாணை, 'ஒட்டையைக் குத்திக் களீன் பண்ண முடியலை,' த் வேணா வெச்சுக்கோ, இல்லை. தூக்கிப் போட்டு' என்று தான் புதிய எவ்ளெல்வர் இட்லித் தட்டு வாங்கியபின் என் மகன் திருப்பித் தந்த இருபத்தி நாலு இட்லி வார்த்தும் உரிண்டானியம் இட்லித் தட்டு... இப்படி மற்றவர்கள் ஒதுக்கிய பல பொருள்கள் எங்கள் வீட்டு மேடையில் கீழ் சரணாகதி அடைந்திருக்கின்றன. 'தஞ்சம் என்ற பிச்சை விடலாமோ?

வேலைக்காரியுடன் மல்லுக்கு திற்க முடிய வில்லை என்று ஒரு வாஷிங் மெஷினும், வாஷிங் க்ளீனரும் வாங்கினோம். 'வாஷிங் மெஷினில் அழுக்கே போறதில்லை, ஒரு நாழி திக்க வேண்டியிருக்கு... நானே ஆச்சுன்னு கசக்கிப் போட்டுடுவேன்' என்று மெஷினில் துணி தோர்ப்பதில்லை. அதை ஒரு ஸ்டான்ட் மாநிரி ஆக்கி, அதன் மேல் தோய்க்க வேண்டிய துணிகள், சோப் டப்பா, ப்ரஷ் எல்லாம் வைத்துக் கொள்கிறோம்.

என்னதான் பெஷிளாவ பெருக்கினாலும் சரத்துணி போட்டுத் துடைச்சாத்தான் பரிசுக்கென்று இருக்கு. இதெல்லாம் வெளி நாட்டுக்காரர்களுக்குத்தான் 'லாயக்கு' என்று சீட்டு பெருக்கித் துடைக்க ஐம்பது ரூபாய் சம்பளத்தில் ஆள் வைத்திருக்கிறான். 'தலைக்குக் குளித்தால் நீர் கோத்துக் கொள்கிறது' என்று ஒத்தைக் காலில் நின்று 'தேறர் டுனராய்' வாங்கி ஒரு வாரம் விடாமல்

பொய்யிந்தானே சிங்கிரஜி?



உபயோகித்தான். பிறகு அனாத் தொடுவதே வில்லை. 'எனக்கு முழி பிதுங்கற வேலை. இதுவு குஷாவா தவையை ஆத்திண்டு இருக்க முடியுமா? அதுக்கெல்லாம் கொடுத்து வைச்சிருக்கணும்.

'என்ன கொடுத்து வைத்திருக்கணும்? இது எனக்குப் புரியாத புதிர்.

என் பாயிண்ட் என்னன்னா அவசிய மில்லாத பொருட்களை ஏன் வாங்கிச் சேர்க் கணும்?

அதுதான் போகட்டும். புதியதாக வாங் கிய நவீன சாமான்களுக்குப் பதிலாக உள்ள பழையவையாவது வுழிய வேண்டாமா?

ஆனவசரக மிக்கி வாங்கிக் கொடுத்த பின், 'இட்லி மெத்துன்னு இல்லை' என்று மனைவி சொல்லி வாய் முடுமுல் ஒரு கிரண்டடும் வாங்கிக் கொடுத்த அங் பான கமையல் தான். ஆனால் நூத்தா காலத்துப் பெரிய கல்லுரையைத் தூக்கிப் போடச் சொன்னால் கேட்க மாட்டான். 'கரண்ட் போல் வெச்சாத் தெரியும்.' கரண்ட் இல்லைன்னா அந்த ஒருநாள் இட்லி சாப்பிட வேண்டாம். அதான் தேவ் காய் அளாக்க அம்பி இருக்கே...' தான் என்ன சொன்னாலும் எடுபடாது. என் னாதக் ராசி அது.

உறவினர்கள், 'நண்பர்கள்...' எல்லோ ரும் என் ஐன்ம வலரிகள். டெல்லிக்குப் போனால் எனக்குப் பிடித்தமான ரோஜன் அல்வா வாரும் வாங்கி வரமாட்டார்கள். ஒண்ணுக்குள்ளே ஒண்ணு போதும்படியாக பிங்கான் கிண்ணங்கள் ஒரு பத்து வாங்கி வருவார்கள். காலிக்குப் போனால் காலிக் கஷிது தருவதோடு திறத்திக் கொள்வ லாமோ? பத்து லிட்டர் கேலில் கங்கை ஜலம் கொண்டு வந்து' காமுதான் பூண்டுவெல்லாம் பண்ணா' ன்னு என் மனைவி தவையில் கட்டி விட்டாள் போலார்கள்.

ஏதோ ஏரோப்ஸென் மெட்டலாம். அதிலே பெரிக பெரிசா நாலு வான்கி

வாங்கி வருவார்கள். தமக்குத் தேவையா என்று பார்க்காமல், ரூபாயைக் கொடுத்து வாங்கி அடுத்தவான் என் விட்டுக்காரி. "பதினாளுக்கு பேருக்குத் தாராளமா உப்புமா கிளறலாம்... இப்படி வாரானா போறச்சே வாங்கினாத்தான் உண்டு" என்று எனக்குச் சமாதானம் கூறுவான்.

தன் பங்குக்கு இவனும் கரை முழுக்க விதிவோகம் செய்ய சப்பாத்தி கல் வாங்கு வான். கடப்பா கட்டேஷன் கிட்ட தெருங்கி னாலேயே என்னைக்குக் கிலி வந்துவிடும். பாதம்வைச்சது, பாதம் வைக்காதது என்று பேரமோ பேரம் பேசி, ஓர் எட்டு வட்டக் கல் வாங்கிவிடுவான்.

"உங்கிட்டதான் டெல்லில வாய்க்கினை சலவைக்கல் இருக்கே?"

"அது டெல்லி பூணாக்கு எடுத்தா லீனா மிடும். இது போதும் திண்படிக்கு."

"எட்டு எதுக்கு?"

'வாரானா கேட்ட தரலாம். இரண்டு ரூபாய் பித்த கல்லுக்கு இந்தக் கேக்லி கேக்கிறேன். தான் அது கூட பொறாம போயிடேன்..." என்று அவன் கண்ணைக் கசைத்துமுன்...

"அதுக்கில்லை. இந்தக் கணத்தத் தூக் கிண்டு போகணுமே..."

"தீங்களை சொம்கிறேன். ட்ரெயின்தானே கமக்கிறது."

என் பாச்சாண்டல் பேசி ஜெவிக்க முடி யாது. காயைத் திறக்காமல் போர்ட்டுக்கு பத்து ரூபாய் அழுதாவிடுவேன்.

கேட்டவர்களுக்குக் கொடுத்தது போக நிச்சயம் நாலு கல்லாவது மிச்சமிருக்கும். ஒன்றின் மேல் கோலம் போட்டு வைப்பான். ஒன்றின் மேல் என்னெய்த் தூக்குக் கொழு விருக்கும். இன்னொன்றைப்பாதத்தில் கவிற் துப் போட்டுமுதுசன் உரச உபயோகிப்பான். சப்பாத்தி மட்டும் எங்கன் விட்டுக் கடப்பைக் கல் பித்தத் மேடை. மேலேயே இருவான்.

கல் மட்டுமல்ல. குழவிவிலும் ஒரு நாலு வகைவிருக்கு. சப்பாத்தி இட். புரி இட். அப்பன் இட். போளி இட் மெனிக் குழவி என்று வாங்கி வைப்பதோடு சரி. அடியென் இனலிலும் விழுலது. என்னவோ சொலும் குழம்பும்தான். இதைவெல்லாம் தவிர சொர சொரத்துப் போய்விட்ட பழைய குழவியும் பத்திரமாக இருக்கும். இது எதுக்கு என் னாக், 'ஏலக்காய் பொடி பண்ண வேண்டும்."

பெரிய எலி துழைய பெரிய ஓட்டையும, பக்கத்தில் சிறிய ஓட்டையும போடுகிற கதைதான்.

இப்படி திறைய சொல்லிக் கொண்டு போகலாம். பத்து வருஷத்திற்கு முன்னால் பாறு பூண்ட் போது வாங்கிய துரு பிடித்துப் போய்விட்ட பருப்புத் தேங்காய் கூடுகள், ரயிலிய வெரர்க்கொப்பில் ஸ்பெஷலாகச் சொல்லிக் தயாரித்த முறுத்தத் தட்டுகள், கசன் வாரியாக ஒரு பத்து பெரிய ஜாசினிக் கரண்டி, அண்டா அடுக்குகள், தாலு கல்லாணம் பண்ணலாம் இந்த சாமாய் களை வைத்துக் கொண்டு.

"தாய் விழைமன்னா நாலு பாத்திரம்

வளரும் வயதில் குழந்தைகளுக்குத் தேவை காம்ப்ளான்



ஏனெனில், காம்ப்ளான், குழந்தைகளுக்கு
அன்றாடம் தேவைப்படும் சித்யாவசிய
உட்கட்டிச்சத்தை வழங்குகிறது.

சாதாரணமாக 15 அல்லது 16 வயது
வரை, குழந்தைகளின் வளர்ச்சிக்கு புரதம்,
அடிப்படை யான உட்கட்டிச்சத்தாகும்.
ஆகவே உங்கள் குழந்தைகளுக்கு
இப்போது காம்ப்ளான் மிகவும் அவசியம்.
புரதச் சத்துக்களிலேயே தனித்திரந்த பால்
புரதம் (20%) கொண்டது, காம்ப்ளான்.
மேலும் 22 ஆதார உணவுச் சத்துக்களும்
காம்ப்ளானில் உள்ளன.

காம்ப்ளான் இளிய கனவைகளில்
கொட்கிறது.



23

முதலாம்
சத்துணவுகள்
திட்டமிட விரித்களில்
பரிசீலித்த தேவையில்லை

காம்ப்ளான்®
திட்டமிட பரிசீலனை உணவு

வேண்டாமா?" என்று என் அம்மா பரிந்துரைப்பான். உள்வே புதைத்துக் கொண்டு, கைத்துக்கி ஆயிரக்கணம் செய்யும் கொண்டும் தேசத் தலைவர்கள் போய், இந்த ஒரு விஷயத்தில் இருவருக்கும் பரம ஒற்றுமை.

என் அம்மாவோட ஆன்மிகவழிக்கு ஒரு செம்பாலான பாய்லர், ஒவ்வொரு தீபாவளி போதும், அதைப் பரணியிடுத்து இறக்கி, வேலைக்காரிக்கு பத்து ரூபா கொடுத்து அதைப் பண்பளவென்று தேய்த்து கண்ணாம்புத் தூள், குங்குமம் இட்டு, ஜலம் ரொப்பி, ரெய்தீர் போட்டு உங்கா ஸ்தானம் செய்கிறோம்.

அம்மா வயசானவன், அவன் மனைபுண்ட வேண்டாமென்று கெய்லரில் வரும் கடுநீரைப் புறக்கணித்து, புனை மண்டலத்திற்குள் புருந்து குயில்க்கும் புத்திர சத்தினம் நான். ஆனால் என் உணர்ச்சிக்கு மட்டும் மறிப்பே இடையாது. பாய்லருக்குள் ஓடிட்ட வாய்க்கும் ரலியே கரித்துள் சேர்த்துப் பிடித்த சாணி உருண்டைகள் மிழிசிப் போய்விட்டால், அதைக் கூடவா தூக்கி எறிவது கூடாது? அடுத்த வருஷத்துக்காகும் என்று அதையும் கூட்டி பரண் மேல் வைத்துக் கொள்வார்கள்.

என் அம்மாவின் அப்பா துள்ளி விளைவாடிய பெரிய மரத்தொட்டில், என் அப்பா வக்கிஸ் பெரழில் பண்ணும் போது உபயோகித்த பட்டை உறித்து போய்விட்ட கண்ணாடி போட்ட மர அலமாரி, என் பாட்டிக்கு சீதனமாக வந்த மூட்டைப் பூக்கி வரசம் செய்யும் ரொல்வுட் கட்டில், 'அத்தக் காலத்து வர்ணம் பூசிய கிளி கொஞ்சம்' கொழு பொய்மைகள் பெரிய பெட்டி திறைய, என் தாத்தாவின், தாது மடிப்பு மடித்த பேப்பர் வைத்துச் சாத்தினால் மட்டும் மூடிக்கொள்ளும் லொட லொட மரப் பீரோ... எல்லாவற்றின் மேலும் ஒரு கண் மூடித்தன்மான பாசம், மனிதர்களை போய்விடும் போது, மரத்தின் மேல் பாசம் வைப்பது என்ன மடமை?

சொல்லால், எனக்குக் கல் மனக், நெஞ்சில் சுரவியலை என்று என்னை ஒதுக்கிவிடுவார்கள்.

அதான் சொல்கிறேனே, இந்த வீட்டில் நான் ஒரு தீவு, குறையான தேவைகள், அளவான ஆசைகளுடைய ஒரு சத்தியாசிறன், தாது வேட்டி, சட்டை, சில புத்தகங்கள்.

பெணா, வாட்டி, ஒரு சிறிய டேபிள் இவை போதும். 'சாணகல போட்டோ ஆல்பம்' என்று வைத்திருக்கிறேன். நிறம் மங்கிப் பழுப்பு ஏறிப் போய்விட்ட போட்டோக் களைப் பார்த்து மகிழ்வேன். அதில் குடுமி வைத்துக் கொண்டு அசட்டுச் சிரிப்பு விரித்துக் கொண்டிருக்கும் என் குழந்தைப் பருவத்தைப் பார்த்து மகிழ்வேன். இந்த ஆல்பம் என் மனைவியின் துருப்புச் சீட்டு, அனைக் குத்திக் காண்சித்தே அவன் மேலும் மேலும் சேர்த்துக் கொண்டிருப்பான்.

என் பெண்ணும், பிள்ளைகளும் என்னைக் கொள்ளாமல், அம்மாவைக்

கொண்டு பிறத்தது என் தூதிரிட்டம். என் பெரிய பிள்ளை ஒரு புத்தகப் பைத்தியம். குறைத்து ஆயிரம் புத்தகங்கள் இறைத்து விட்டதால்தான் அவனுக்குத் திருப்தி, வேண்டியது, வேண்டாதது, தவ்வு, கெட்டது என்ற பாகுபாடேயில்லாமல் பரந்த தோக்குடன் அவன் அடுக்கி வைத்திருக்கும் புத்தகங்களைப் பார்த்தால் என் வயிறு பற்றி எரிகும். தூதி தட்டத்தான் ('பொழுது போகாத கிழவன்') தான் இருக்கிறேனே!

மற்றவன் உடல் வளர்ப்பவன், பறிச்சி செய்ய தாது டம்பிள்ஸ், இரண்டு புல் வொர்க்கர், மூன்று பெரிய கிரிக்கெட் மட்டைகள், எட்டு பந்துகள், இரண்டு ஸெட் ஸ்டம்ப்ஸ்... இதைவெல்லாம் அடுக்கி வைக்கவே ஒரு ரும் வேண்டும். தவிர நடப்பதற்கு, ஓடுவதற்கு, விளையாடுவதற்கு என்று ரக வாரியாக ஷர்ட்ஸ் வைத்திருக்கிறான்.

இரண்டு பிள்ளைகளுமாக வருஷக் கணக்கில் சேர்த்த ஸ்டாம்புகள், வத்திப் பெட்டிகள், வத்திப் பெட்டி ஸெய்க்கள், கோலி குண்டுகள், மாஞ்சா தூல் கண்டு கள்... எதைமும் தூக்கிப் போட, எனக்கு உரிமை இடையாது. எல்லாம் 'குழந்தைக ளோடது'.

என் பெண் கல்வாண்மாவில் புக்ககம் போய்விட்டாள். அவன் இங்கு இருந்தவரை எங்கள் வீடு ஒரு டிபார்ட்மெண்ட் ஸ்போர் மாடிரியிக்கும்.

இரண்டு வார்ட்ரோப் திறைய புடைவைகள், ஒரு டஜன் காலணிகள், விதவிதமான கலர்கலர் கை, கால், காது, மூக்கு, தொண்டை என்று அங்க அங்கமாக அணிவும் ப்காஸ்டிக், ஆராயினிய, வெள்ளி,

இந்த சூப்பாய்ஸ்லர்ம்
பாடிதாதுள்ளடி...



சித்தனை நடைகள், வானவில்லாகக் குஞ்சு வங்கன், அழகு சாதனங்கள்... இவை எல்லா வற்றையும் உபயோகிப்பவனாவென்றால், இவ்வை, வாங்கி வாங்கிக் சேர்ப்பதோடு சரி.

இப்பவும் அவரின் பாதி உடைமைகள் இவ்வுதான் இருக்கின்றன. அவர்கள் வீடு நின்றதாம், கவினாக இவ்வைவென்றால் கணவர் கோபித்துக் கொள்வாராம். அதனால், அவளுக்குத் தினமும் தேவஸிப்பாத அபித சமயம் என்றாவது ஒருநாள் தேவஸிப் படுமோ என்று தூக்கி ஏறிய மனம் வராமல் வைத்துக் கொண்டுக்கும் பல வஸ்துக் களை இப்பேரே விட்டுப் போயிருக்கிறான். அதான் இ ரு க் கி ரே யே... பாது காவலனாக..... ஒரு இ லி க் ச வ ச யி அப்பன்.

ஆனால் இவர்கள் எல்லைக்கும் ஒன்று சேர்த்தாலும் என் மனைவியுடன் மட்டும் போட்டி போட முடியாது.

ஒப்புக் கொள்கிறேன், குடும்பமென்றிருத் தால் தாது சாமானியமாக முடியாதுதான். ஆனால் என்னை நம்புகன், குறைந்தது

தாற்பதாவீரம் சாமான்கள் இருக்கின்றன எங்கள் வீட்டில்.

ஏறு துரும்பும், பம் குத்த உதவும்தான். ஆனால் குத்த அத்தனை பற்கள் வேண்டுமோ?

ஏதோ ரவியே தயவில் என் மனைவி யின் அணலிபோன்ற ஆனால் மீது முப்பத்து மூன்று வகுப்புகள் ஓடும் ஓட்டி விட்டேன். இன்னும் ஆறு மாதங்களில் "கிடைவர் மெண்ட்", அதற்குப் பின் மதராஸில் ஒப்புகி காக தான் வாங்கிவிடுக்கும் வந்திப் பெட்டி கிப்பனாட்டும் எப்படி இத்தனை சாமான் களை அடுக்கப் போகிறேன்?

எத்தனையோ உபயோகமான அறிவுரை கள் கூறும், என் மனைவி பகவத் கீதையாக நினைத்துப் படிக்கும் பெண்கள் பத்திரிகை எதிலாவது, இந்த இடைக்காலத்தில், "உப யோகமற்ற பொருட்களைச் சேரக்கக் கூடாது என்று அழுத்தமாக எடுத்துச் சொல்லி, ஒரு கட்டுரை வராதா என்ற எக்கம் எனக்கு. அதைப் படித்தாவது ஒரு ரசவாதம் நேர்த்து என் மனைவி மனம் மாறி விடாதா என்றே ஒரு நம்பானதான் எனக்கு.



விடுமுறையில் குடும்பத்துடன் வீணா குளத்திலிருந்து வக்கோவுக்குப் பவணம் சென்று கொண்டிருந்தோம். வக்கோன் செல்வது முறைய தடையவாதலால், ஸ்டேஷனில் சரியாக இறங்கி, சேருமிடத்திற்கு ஒழுங்காகப் போய்ச் சேர வேண்டுமே என மனத்தில் கொஞ்சம் தவிப்பு! பல்நாறா ஸ்டேஷன் வந்ததும் அடுத்த பர்த்தில் தாழிக் குரல்கள் கேட்கவே தானும் என் கணவரும் சென்றோம். அவர்கள் கணவனும் மனைவியும், வக்கோனையில் திரைப்படமாகத் தங்கி விட்ட தவிழர்கள். குடும்ப விஷயமாக பல்நாறா வந்து விட்டுச் செல்கிறார்கள். வக்கோனையில் மிகவும் உஷாராக இருக்க வேண்டுமென்றும், சில நேரங்களில் கைகளிலிருந்து கூட பொருள்களைப் பிரிக்கும் சென்று விடுவார்கள் எனவும் எச்சரித்தார்கள். தாக்கு வந்தது, ஆரஞ்சு சாப்பிட்டோம். மறுநாள் -

வண்டி ஏதோ ஓர் இடத்தில் நின்றது. நிரென்று அந்தத் தம்பிகள் வண்டியிலிருந்து குதித்து மே இறங்கினர். "என் கணவர், சார், சார், இது வக்கோன்

ஸ்டேஷனா?" என்று சத்தம் போட, அந்த மனிதர்,

"ஆமாம் சார், இது வக்கோன் அலுட் டர். இங்கே இறங்கினால்தான் எங்களுக்கு வீடு சொம்பப் பக்கம்" என்று சொல்லிக் கொண்டே தன் மனைவியுடன் நடத்தார். தானும் என் கணவரும் திடுக்கிட்டு நின்று விட்டோம். அவர்கள் இரயில் எங்களுடம் போயிತ್ತು. ஆரஞ்சு சாப்பிட்டது எல்லாம் போயிதா?

அதே நேரம் -
அந்த பர்த்தில் இருந்த டி.டி.ஆர். எங்களை நெருங்கினார். "தீங்கன் வக் கோன் போக வேண்டுமா?" என்று கேட் டார்.

"ஆமாம்" என்று என் கணவர் சொல்ல, "நான் வட இத்தியனாக இருத் தும் தீங்கன் பேசுவது எனக்கு ஓரளவு பசித்து கொள்ள முடிந்தது. கவலைப்படா தீர்க்க, நான் உங்களுக்கு வழிகாட்டுகிறேன்" என்றார்.

வக்கோன் ஸ்டேஷன் வந்தது. ஸ்டேஷன் வெளியே வரை எங்களை அழைத்துக் கொண்டு வந்தவர் ஒரு டெம்போக் காரனை அடையும் கூப்பிட்டார். "தீங்கன் எங்கே செல்வ வேண்டும?" என்று என் களை கேட்ட போது "அலிகுஞ்சு" என்று கணவர் சொல்ல, டெம்போக்காரனிடம் "இவர்களை அலிகுஞ்சில் இறக்கி விடு" என்று சொல்லி விட்டு "எழுபத்தைந்து பைசாவுக்கு மேல் ஒரு பைசா கூட தராதீர்கள்" என்று சொல்லி விட்டு, என் கணவரின் கைகளையும் பிடித்துக் குறுக்கி விட்டு, குழத்தைக்கு டாட்டா காட்டி விட்டு உலரமாக நடத்து சென்றார் அந்தக் குன்ன மனிதர்! மனிதாபிமானத்திற்கு மொழி ஏது?

— என். அருள்மொழி.

உங்கள் குழந்தைக்கு ஊட்டுங்கள் முட்டையின் புரதச் சத்துட்பத்தை!



ஃபாரெக்ஸ்-எக்[®]

6 மாதம் முதல்

புதிய ஃபாரெக்ஸ் எக் - இது, உங்கள் குழந்தைகளின் முழு நிறைவான வளர்ச்சிக்குத் தேவையான புரதச் சத்தைக் கொண்டுள்ளது. இது, நன்றாக மூலப்பெய்ச்சுபப் படுத்தப்பட்டது. ஆகவே இது, குழந்தைகளின் மென்மையான வயிற்றில் தீரண சக்திக்கு ஏற்றதாகும்.

ஃபாரெக்ஸ் - உணவாடி உணவும் வழி



நெரு ஃபாரெக்ஸ் ஊட்டி வழி: 1. உயர் சேந்த ஃபாரெக்ஸ் சீர்தயர் 2. ஃபாரெக்ஸ்-நெரு 3. ஃபாரெக்ஸ்-எக்

உங்களை கலங்க வைப்பது அவ்வளவு சுலபமல்ல!





உங்கள் நகரை
எங்களுக்கு ஒதீயுங்கள்!

பின்னி

கூப்பிங்ஸ்

"LKS-GOLD" IS CASH IN HAND



L.K.S

GOLDHOUSE

இன்றே எங்களது நகை சேமிப்புத்
திட்டத்தில் சேர்ந்து பயன் அடைவர்!

GIFTS



Rs. 50/-
Group



Rs. 100/-
Group



Rs. 200/-
Group



Rs. 500/-
Group

60, உலகமாதர் சாலை, தி.க.க., சென்னை-600 017.

Numbers : 445455, 445055, 440440, 443323



குடும்ப நலத்திற்கு ஒரு கோர்ட்!

“குடும்ப இரத்தானம்” கருப்பத்திற்குள்ளேதான் எந்த விஷயமும் இருக்கிறது. தம்மே விஷயம் வாய்ப்பு வந்த காணல்வாமோ?” என்பார்கள் அந்தக் காவத்தில். இப்போதெல்லாம் குடும்ப விவகாரங்கள் கோர்ட் படி ஏறுவது உறுமாவிலிட்டது. அதற்காகவே தனியாக ஒரு கோர்ட் தீபதி திறமித்தும், ஆயிரக்கணக்கில் ‘கேஸ்’கள் குவித்திருக்கிறது என்றால் என்ன சொல்ல? மற்ற சொத்து, அடித்து வழக்குகளைப் போல கணவும், மானமில் வழக்குகளைத் தீர்க்கக் கூடாது. முடித்தவரை அவர்களுக்குள் இணக்கமான உறவை ஏற்படுத்த வேண்டும் என்பதற்காகவோ என்னவோ, இப்படிப்பட்ட வழக்குகளுக்காகவே தனியாக தீமன்றங்களை ஏற்படுத்த வேண்டுமென்பது தீண்ட நாயவை கோர்ட் னகவாக இருந்தது. இந்த மாதந்தான் அது தமிழ்நாட்டில் அமுலுக்கு வந்தது.

‘குடும்ப நல தீமன்றம்’ சென்னை உயர் தீமன்ற வளாகத்தினால் தனியாக நிறுவப் பட்டுள்ளது. அதன் தீபதியாக திரு. சோம சுந்தரம் செல்வப்பட்டு வருகிறார்.

குடும்ப நல கோர்ட்டின் நத்தன்மை என்ன? தீபதியே சொல்கிறார்: —

“குடும்ப நல தீமன்றம் இப்போதுதான் ஆரம்பிக்கப்பட்டுள்ளது. மற்ற தீமன்றங்கள் உள்ள குடும்ப வழக்குகள் எல்லாம் இங்கு வந்து கொண்டு இருக்கின்றன. இந்த நிலையில் முதலில் மற்ற கோர்ட்டுகளைப் போலவே தோற்றத்தில் இவையும் இருப்பதை மாற்றினால் வேண்டும் என நினைத்திருக்கிறேன். ஏனென்றால் கோர்ட் சூழ்நிலை இருந்தாலே சாதாரண மக்களுக்குப் பேச்சே வருவதில்லை. ஒரு நல்ல நட்பான, அன்பான சூழ்நிலையை அவர்களுக்கு ஏற்படுத்திக் கொடுக்க வேண்டும் என நினைக்கிறேன். காரணம், இந்த தீமன்றத்தில் வழக்கறிஞர்கள் ஆஜராக முடியாது. வழக்கில் சம்பந்தப்பட்டவர்களே நேரடியாகத் தங்களுடைய கட்சியை எடுத்துச் சொல்ல வேண்டும். இதனால் மனம் திறந்து அவர்களால் பேச முடியும்...”

அது எப்படி? வழக்கறிஞர்களாவது பல சட்டங்களைப் பயிற்று முன்னுதாரணமாக நோடுதலாயத்தன எடுத்துச் சொல்வார்கள். ஓரளவு ததரிவமான்வர்களே இந்த மாதிரி சூழ்நிலைகளில் பயிற்று விரும்போது. அப்பலயப் பெண்கள் தங்கள் உணர்வுகளைச் சரியாகச் சொல்ல முடியாமல் போகலாம்,

இக்கவையா? அதனால் அவர்களுக்கு நியாயம் கிடைக்காமல் போய்விட வாய்ப்புண்டே?"

"இல்லை, அதனால்தான் கோர்ட்டு போன்ற சூழ்நிலையை மாற்றவேண்டும் என்று சொன்னேன். அது தவிர என் கோர்ட்டுனுன் மாதிரி வந்து நின்றுவதும் அவர்களை நேரடியாக கிசாரிக்கிறேன். முக்கால்வாசி என்னுடைய அன்றாடம் வரவழைத்தே போகிறேன். பயன்படும்படியான ஒரு சூழ்நிலையை அவர்களுக்கு ஏற்படுத்துவதே நான். அதனால் நியாயங்கள் எதுபாடாமல் போக வாய்ப்பே இல்லை... ஒவ்வொருவனாலும் முடிமை வாகப் பேச விடுகிறேன்..."

"இந்த மாதிரியான தடைமுறைகளினால் ஒவ்வொருவருக்கும் தோல்பு நேரம் ஏதே தியோ?"

"...அது மனிதனாக இருந்து, அதனால் பரிவாழ்வு இல்லாமல் இருந்து போய்விடும்."

வேறென்ன விசேஷங்கள்?

"தீபதிவைத் தவிர இரண்டு சமூகநலத் திட்டமுள்ள, சேவை மனப்பான்மை கொண்ட தபர்களை நியமித்துக் கொள்ளலாம். அவர்கள் தீபதிபுடன் வழக்குகளை ஆராய்வார்கள்."

"இப்போது ஆயிரக்கணக்கான செல்கள் வந்து தவித்திருக்கின்றன. இந்த ஒரு கோர்ட்டு போதாது இதற்கு. அவர்கள் தவிர இரண்டு சமூகநல சேவகர்களும் வந்துவிட்டால் இந்தப் பணி ஓரளவு எளிதாகிவிடும் என்று தான் கிடிறேன்..." என்றார்.

"குடும்பத்து கோர்ட்டுடன் தீபதி என்ற குறையில் உங்கள் பிள்ளை இருக்கிறார். குடும்பத்தில் பிரச்சனைகள் வருவதற்கு அதிகக் கடினமாக இருப்பவர்கள் யார்?"

"என்னுடைய தனிப்பட்டிருந்து, பிரச்சனைகளைத் தாங்களிடையே கையாண்டிருக்கிறார்கள். பெண்கள் எல்லோருமே நல்ல

மேலும் வெ தகவல்கள்.....

* அமெல் இந்திய அளவில் 'குடும்பநல கோர்ட்டுகள்' திறுவ வேண்டும் என 1984-இல் பாராளுமன்றத்தில் சட்டம் இயற்றப்பட்டது.

* ஒவ்வொரு மாவட்டத்திலும் இந்தக் 'குடும்பநல கோர்ட்டுகள்' திறுவப்படும்.

* இந்தக் கோர்ட்டுகளை பாதிக்கப்பட்ட எந்த ஆணும், பெண்ணும் அணுகலாம். முறையாக யூத எழுத வேண்டும். முறை யாகக் செல் சீதையல் செய்ய வேண்டும் என்பதெல்லாம் இல்லை. தங்களுக்குத் தெரிந்த விதத்தில் தீபதிபிட்டம் நேரடியாகவே சென்று முறையிடலாம்.

* மக்களுக்கெவ்வளவு அறிவுரை எக் காம் கொள்வதெக், வீட்டுக்கு வந்து பாதி தால்தானே தெரியும்?"

பொறுமை தைவப்படுகிறது. ஏதென்றால் குறியப்ப பிரச்சனைகளில் ஆரம்ப கட்டத் தியோ, அப்பது ஓரளவு வளர்ந்த நிலை யிலோ யாதிர கோர்ட்டுக்கு வந்துவிடுகான். கொம்பலும், முற்றிப் போய் விந்து வுதிசே இல்லை என்ற சேர்க்கித்தான் கோர்ட்டுப் படி ஏற்றுகிறார்கள். அதனால் இங்கே ஒருவன் ஒருவர் பார்த்துக் கொள்ளும் போது கைப்பும், வெறுப்புப் போய்தும் சிவ்வாய் நம்மையப் பார்த்துக்கூட அது திருப்பிவிடும். "மக்களுக்கெவ்வளவு அறிவுரை எக் காம் கொள்வதெக், வீட்டுக்கு வந்து பாதி தால்தானே தெரியும்?"

என்றார் ஒரு பெண். அவளை என்ன செய்ய முடியும்? பொறுமைவாகத்தான் சமாதானம் பண்ண வேண்டியிருக்கிறது" என்று சிரித்தார் தீபதி.

இந்தக் கோர்ட்டைப் பொறுத்தவரை

* இந்தக் கோர்ட்டுகளில் வழக்கறிஞர்கள் வாதாடுவது இல்லை. பாதிக்கப்பட்டவர்களே நேரடியாகத் தங்களுடைய நியாயங்களை எடுத்துச் சொல்லுவார்கள்.

* சட்டச் செல்களின் தேரும் போது, தேவை வரலாம். கோர்ட்டு வழக்கறிஞர்களை அனுவி வாதாடக் கூடும்.

* இங்கு மக்களை மவரின் ஒரு வேண்டுகோள் —

பாதிக்கப்பட்ட பெண்ணுக்கு நிவாரணம் தேயுச் சமூக சேவை சங்கங்களும் இக் கோர்ட்டை அணுகலாம் என்று விதிகைச் சேர்த்துக் கொண்டால் பயனுள்ளதாக இருக்கும்.

வாகை. அவர்களால் பிரச்சனையே இல்லைவா என்றால் இருக்கிறதுதான். விதிவிலக்குகள் இருக்கத்தான் செய்யின்றன. ஆனால் ஆண்களின் அதிகாரப் போக்கு வால் பெண்கள் பாதிக்கப்படுகிறார்கள். பெண்கள் எதையுமே எடுத்துச் சொல்லாமல் நியாயமாக இருந்தால் எடுத்துக் கொள்வார்கள். ஆனால் ஆணவமாக இருக்கும் ஆணைத் திருத்துவது கொம்பலும்...

"மீயிரித் கோர்ட்டு" என்பதைத் துறியுத் தீதென்றும் என்று மொழி பெயர்க்கச் சொல்லியிருக்கிறார். ஏனெனில் குடும்பத் தின் நலனுக்காகத்தான் இந்த தீதென்றமே. முடித்தவரை, எந்த அளவிற்கேனும் செய்ய குறியப்ப பிரச்சனைகளைத் தீர்த்துக் கழக முடிவுகளாக ஏற்கச் செய்வதே துறியுத் கோர்ட்டின் நோக்கமாம்.

பெட்டி: பஸித்ரா

சீமிக் கால கணக்கெடுப்பின்படி. 70

முதல் 80% வீதம் அருந்தி பாதிக்கப்படுவது உண்மையாக இருக்கிறது. ஆகவே, அருந்தி உட்பட்டதுமான குழந்தைகள் என்று தெரிய வந்துள்ளது. மக்களுக்கு இது கொடிய நச்சுத்தன்மையுடையது என்று தெரிய வராமல் ஆனால் நடைமுறை புழக்கத்திலிருக்கும் பல பொருள்கள் உள்ளன. உதாரணமாக அன்றாடம் உபயோகிக்கும் வாசனை திரவியங்களும், ஆட்டர் ஷேவ் லோஷன்களும் அதிக அளவு ஆல்கஹால் உடையன. அதே போல் துணி துவைக்க உபயோகிக்கும் சோப்பைகளையும் பதார்தம் உள்ள களாசல் நீர் வாயையும், தொண்டை வாயும் புண்ணாக்கி வரியவைகளும் தன்மை உடையது.

சில குழந்தைகள் மேற்கூறிய சிலவற்றை விழுங்கி விட்டால் சில குழந்தைகளைப் போலவே துப்பி நங்கள் உடலில் வழிய விடும் சில கண்களை காக்கிக் கொள்ளும். சிலவர்களை நாவர்கள் விஷமுள்ளவை; சில விழுந்து விழுகின்றனர். ஆபத்தானவைபோல சரி, குழந்தை போல ஒன்றை குடித்து விட்டது. என்ன செய்ய வேண்டும்?

தோய்... தோய்... இந்த கவைய்களில் தோய் போடுவதானது. துளியும் தோத்த விணாக்கக் கூடாது. மருத்துவரில் ஆல்கஹோலுள்ளவற்றை வாந்தி எடுக்க எவர்க்கும் முயற்சியில் ஈடுபடாதீர்கள். என்னில் பல விஷங்கள் உள்பட நுண்ணுயிர் போது திகக்களை போக்கி இருக்கலாம். மறுபடியும் அதே வழியில் அது வெளிவந்துவிடும் போது மறுபடியும் திகக்கள் போகவும் வாய்ப்பு அதிகமாகிறது. நீங்கள் மருளில் செய்ய வேண்டியது உடனடியாக விஷம் உபயோகம் வந்தால் நீரையோ, பானையோ அருந்த கொடுத்தால், விஷம் நீர்த்துப் போகும் வாய்ப்பு உண்டு. உபயோகம் வந்தால் அதுதான்.

மருத்துவரின் செல்லம் போது.

1. என்ன வகையான விஷம் பொருள் உபயோகிப்பாடுகிற அளவும், உப



கொள்ளப்பட்டு, நேரத்தையும் மருந்தின் காலம் காலங்களும்.

2. மருந்தினாலோ, மருந்தோ, காலி புட்டியோ அளவும் எவையோடு எடுத்துச் செல்லுங்கள்.

சரி, வந்தபின் காய்ப்பத, பற்றுபதை விட வரும்படி காப்பது புத்திகாதித்தவம் அன்றோ!

அருந்த நீங்கள் செய்ய வேண்டியது என்ன?

1. மருந்துகள் வாங்கி வந்த பாட்டில் களேர், சென்ட் பாட்டில் களேர் காலியான வான் விதி விருங்கள். அழகிய சென்ட் பாட்டில் களில் தண்ணீரை களறிக்கி குடித்து சிரமப்படும் குழந்தைகள் பலர் உண்டு.

2. விஷத்தன்மையுள்ள பேகாலு ஸ்பிரைட், எலும்புப் பவுடர் போன்றவற்றை குழந்தைகளுக்கு உபயோகம் செய்யக்கூடாது.

3. மருந்தினாலோ களேர் களேர் மருந்தினாலோ குழந்தைகளின் மருந்தைக் களேர்வதால், மருந்தினாலோ களேர் படி போட்டு வைக்காதது. பெற்றோரால் கொடுக்கப் பட்டாலே நவீன மருந்தினாலோ உண்ணக் கூடாது என்ற படிபினைவை காட்டுங்கள்.

4. மருந்து, மருந்தினாலோ வாங்கி பின் வெகுநாள் கழித்து உபயோகிப்பதும் தவறு.

5. இருளிலோ, குறைவான வெளிக்கதிர் இலோ மருந்துகள் உபயோகித்து நவீனக் கட்ட வேண்டிய ஒன்று.

6. விஷத்தன்மை உடையவற்றை குழந்தைகள் உண்ணக் கூடாது. 'லிம்மா' பாட்டில் போன்றவற்றில் களறி வைக்கக் கூடாது.

7. எந்தத் திரவத்தையும் வெயில் எழுதி ஒட்டாமல் ஒரு பாட்டிலிலோ, யுனிஸ்கோ வைக்கக் கூடாது.

— லக்ஷ்மி நடராஜன்

தங்கம் வெள்ளி வைரம் பொருட்கள் தயாரிப்பாளர்
 72-உலமாள் சாலை, தி.நகர், சென்னை-600 017. போன் : 441741



பாலு ஜுவல்லாஸ் AWC

தங்கம், வெள்ளி, வைரம் பொருட்கள் தயாரிப்பாளர்

72-உலமாள் சாலை, தி.நகர், சென்னை-600 017. போன் : 441741

805594962



சகோதரகளுக்கேர்ப் எச்சரிக்கை



இருமணமாகி தான்கு கருடங்களாதி
வும் இந்த கோகுலாஷ்டமி, தீபாவளி
பட்சை விவகாரங்களிலெல்லாம் அதிகம்
அலட்டிக் கொண்டதில்லை. காரணம்,
கட்டுக்குடும்பம், மாமியார், நூத்தனார்
என்று இருக்கும் வீட்டில் மாமியார் பட்சை
எங்கள் எல்லாம் செல்வ, ஜாணியாகக்
கற்று வேதவைகள் எல்லாம் செய்து பண்டி
தகை நாட்களில் பொழுதை ஒட்டிவிட்
டேன்.

அப்படி இருந்தவளுக்கு இந்த வருடம்
வந்தது தலைவணி. மாமியார் ஏதோ
வேலையாக வெளியூர் போக கோகுலாஷ்ட
மிக்குத் தனியாக மாட்டிக் கொண்ட
டேன். குழந்தை இருக்கும் வீட்டில் பண்டி
தையைத் துறைக்கக் கூடாதென்று நானே
தோதானில் இறங்கத் தீர்மானித்தேன்.

ஒரு வாரம் முன்பிருந்தே எனக்கு டென்
ஷன். அகப்பட்ட சமைவல் புத்தகங்களை
யெல்லாம் படித்து ஒருவாரமாக சீடை,
முறுக்கு செய்வதைப் பற்றிய ஐடியா

விட்டது முன்பு பரணைக் கொடி வளர்ந்து, கவிதை கட்டி, மாடிக்கு ஏதிரி விட்டாக, பார்ப்பதற்கு அழகாக இருப்பதுடன், இவையும் எண்ணிக்க கொஞ்சம் திரைகளைச் சேர்த்தாக, திரைவா நிரும்பச் சேற்றும் விடைக்கும், வளர வளர கட' பண்ணி பரவுக்கும் போடலாம்.

— பரவாது.

ஒரு வு விடைத்தது. பண்டுகளவந்து என் கணவது. உவாதாடி குழந்தையைப் பார்த்துக் கொள்ளும் பொறுப்பை அவரிடமே ஒப்படைத்தேன் அவர் முதலியேவே எச்சரித்தார்.

கனக்கேன் இந்த வம்பெய்யலாம், தெய்காய், பழம் வைத்துப் பூணு செய்தால் போதாதா? என்று அவர் விண்டலாகப் பேசியதாகும் மேலும் செய்தே ஆகவேண்டும் என்றொரு கவராகவியம் வந்தது. சினிமா பாணியில் சவாக் வேறு விட்டு வைத்தேன்.

பாணியில் செய்தால் அதனால் ஏதாவது கெட்டுவிடப் போகிறதென்று, விசுவசைப் பொருட்படுத்தாமல் தெய்காயெண்ணெய், ஓ. கே. ஆஸ்திரியாக வாங்கிவைத்தேன், ஒரு வழியாக வெய்வச் சேடைக்கும் மாடி பிசைத்து வைத்துவிட்டு, உப்புச் சேடைக்குக் கவனமாகப் பிசைத்து இரண்டு மணி நேரம் உப்பு... அருப்பில் தெய்காயெண்ணெயை வைத்தேன். துத்து நிமிடங்கள் வந்தது மேடைமையப் பார்த்தால் பொங்கல் பரணைப் போல் பாணியி் முழுவதும் எண்ணெய் பொங்கி வந்தது கொண்டிருக்கிறது, சில நேரங்காயெண்ணெய் பொங்குமாம், என் போதாத காயம் பொங்கும் தெய்காயெண்ணெய் எனக்கு வந்திருக்கிறது.

சரி அதையெல்லாம் துடைத்து ஒரு வழியாகச் சுத்தம் செய்து ஓ. கே. ஆஸ்திரிய உப்புச் சேடைமையப் போட்டேன். முதல் ஈடு ஒருங்காக வந்தது. இரண்டாவது ஈடு போட்டதும், "டாகஸ், டீயில்" என்று ஈடு சுத்தம் சேடை என்ன காரணத்தாலோ வெடித்த, புதிதாகச் சுண்ணாம்படித்த கவரெல்லாம் ஆயில் பெயிண்டிக். இதை வெல்லலாம் கவனித்துக் கொண்டிருந்தேன் என்று, "என்ன தீபாவளி, பொங்கல் வெல்லலாம் இன்றைக்கே கொண்டாடி விடுவதாக உத்தேசமா?" என்று கேட்டு விட்டு என்னைப் பார்க்கப் பரிதாபப் பட்டுக் கொண்டு பேப்பரில் மூழ்கிவிட்டார்.

சரி, முதல்கு கந்தலாம் என்று மானவ எடுத்தேன். (இதை மட்டும் கொஞ்சம் மாமிசாரி மேற்பார்வைகையில் பராக்ஷம் செய்திருக்கிறேன்) வழக்கமாக ஒருங்காக வரும் குழக்கு, இந்தத் தடவை என்ன காரணத்தாலோ, எவ்வளவு பொறுமையாகச் சுத்தின்பதும் தூசி கட்டப்படுத புடவங் காய்ந்ததிலிருந்துக்குடும் அது போல்

தான் வந்தது. சரி, உங்கோடு போராட்டம் ஏனென்று அடக்கவென்று தேவ் குழக் அச்சிவிட்டுப் பிழித்தெடுத்து உருப்படி யாக்கிவிட்டேன்.

அடுத்த இந்த வெய்வச்சேடைவாது சமர்த்தாக வரவேண்டுமே என்று தெய்வத்தையெல்லாம் - வெண்டிக் கொண்டு அருப்பில் உருப்பிப் போட்டுப் பரிசுதா சிசுமிட்டை எதிர்பார்க்கும் ஆகவேண்டு பார்த்தால், வந்து தொடிகன் கழித்து, வானவிலில் போட்ட சேடையெல்லாம் கண்ணிர் புண்ணிட்டவுடன், கவரத் தும்பல் குழைவு போல் மூலைக்கொன்றாம் கணவதுவட்டது அப்பறம் ஆயித் தெட்டு அட்டும்மின்னிச் செய்து, ஒரு வழியாக ஏதோ வெய்வச்சேடை கலரில் ஒரு சமார்த்தத்தை தயாரித்தேன். ஏற்கெனவே தெரி செய்தும் என் கணவரிடத்தில் இதை எப்படிக் காட்டுவது? சந்தியில்லாமல் ஒரு ஆட்டோ வைத்துக் கொண்டு ஸ்லீட் கடைக்குச் சென்று எல்லாவற்றையும் வாங்கிவைத்துவிட்டவா என்று கூடத் தோன்றியது. ஆனால் நேரமில்லாம், சீறி உள்ள வடை - பாயசம், அப்பம் போன்ற சனியான சமார்த்தத்தையெல்லாம் ஒழுங்காகச் செய்து பூணுக்குத் தயாரானேன்.

பூணுமுடித்து வைத்தேயித்தின் போது தான் என் கணவர் அந்தக் கண்ணத் துக்கிப் போட்டார். "என் பட்சணம் கண்ணுக்க அவர் தம் குழைந்தினைப் பரிசுதா உப்பிட்டிருக்கிறாராம், கிண்டல்தானோ?" சொன்னபடி வு அவர் கணம் ஏழு மணிக்கு வந்து நிற்க, என் செய்வதென்று தெரியவில்லை. தமிழர்கள் மாணமல்லவா கப்பலேறினோம், அந்தச் சமயத்தில் ஆபத்தாத தவறாக வந்தான் என் நூத்தனார் மகன், அவர்கள் விட்டுப் பட்சணத்தை எடுத்துக் கொண்டு "கண்டென் சேதனைப்" பாணியில் தானி அதை வாங்கி வந்தவர்களுக்குக் கொடுத்து, அவர்கள் பாணியில் சொன்ன, "அவர் சேடை, ஸ்லீட் சேடை ஆர் ஆல் மார் வெலன்" என்ற பாராட்டையும் வாங்கிக் கொண்டேன். விவரம் தெரியாத என் கணவர் குழம்பினார்.

ஆகவே சகோதரிகளே (குறிப்பாகக் கூட்டுக் குடும்பத்தில் வசிப்பவர்களே) ஓர் எச்சரிக்கை! (வாழ்க்கைப் தலைப்பு வந்து விட்டது, ஹய்யா!) பெரியவர்கள் இந்தப் பட்சணங்களெல்லாம் செய்யும் போது, தான் நினைமனையில் சுற்று வேலைகளை மாத்திரம் செய்யாமல் இதையெல்லாவற்றையும் அவ்வப்போது சுற்றுக்கொண்டு விடுங்கள். இவ்வாறிட்டால் தனியாக மாட்டுமே போது என் கந்தான். இதில் கஷ்டம் என்னவென்றால் நடுத்தர வயதைத் தாண்டியபின் இந்த நிலை வந்தால் அடுத்தவர்களிடம் கேட்கும் போது அவர்களது ஏனென் பார்வைமைய வேறு சத்திக்க வேண்டி வரும்.

— பர. நிர்ஞ்சனா.

**இருமலுக்கு
போதுமே...
க்ளைகோடின்!**



ஏ

னெனில், க்ளைகோடின் மூளை, தொண்டை, மார்பு, நுரையீரல் இவற்றில் நான்கு வழிகளில் குணம் தருகிறது. இதம் அளிக்கிறது.

க்ளைகோடின்—

- மூளையில் இருமல் கெந்திரத்தை கட்டுப்படுத்துகிறது.
- தொண்டை கசகர்ப்பை போக்குகிறது
- நுரையீரலிலுள்ள கபத்தை அகற்றுகிறது.
- மார்பு இறுக்கத்தை நீக்கி, மீம்மதியான வித்திர அளிக்கிறது.

க்ளைகோடின் 50 ஆண்டுகளாக இந்தியா முழுவதும் இருமலுக்கு நம்பகமான நிவாரணி.

தனிக்குடித்தனம்

ஸ்ரீப்ரியா



கதையைத் திறந்து கொண்டு கன்னோ வந்தாள் ராஜி. ஐன்ஸன் வழியே புத்தந்தி மானவக் குரியன் கவரிலிருந்த படங்கள் மீது வெளிக்கம். போட்டுக் காட்டியது. வலது ஓரம் மூத்த பெண் பூமா - கண்ணன்! அடுத்த இரண்டாமவன் வலிதா - ஸ்ரீராம்! பின் மூத்த மகன் ஸ்ரீகாந்த் - ஹம்ஸா! இடப் புறம் முதலில் பெரிய நாத்தனார், பின் இரண்டாமவன், மூன்றாமவன்... அடுத்து இரண்டு மைத்துனர்கள் - மனைவியர் - நடுநாயகமாக... ராஜி கண்ணன் இடுக்கிக் கொண்டு பார்த்தாள்! வாகவும் அவளும் மாலை மாற்றும் படம். கற்றிலும் மாடியார்,

மாமனார், புகக்கத்து அத்தைமாரிகள் யாராரோ உறுவினர்கள், அப்பப்பா கல் யாண போட்டோவில் தலைநீட்ட எத்தனை போட்டி! மணமக்கள் இருக்கும் இடமே தெரியவில்லை! அதன் சில் கணவனும் மனைவியுமாக, எல்லோரையும் போல நாற்காலியில் அவள் உட்கார், மின்னாக வாக நோணத் தொட்டு நிற்க ஒரு படம் எடுக்க ஒழியவேவில்லை!

“என்ன பார்த்தியாய், ராஜி?” கதையைத் தாழிட்டு வந்த வாக வினவினார்.

“இதுகளைத்தான்! நம் போட்டோவில்



நாம் இருக்கும் இடமே தெரியவில்லை! ஒரே சூழல்.

அவரும் ஒரு கணம் கற்றுப் பார்த்தார். அவருக்கும் நினைவிலிருந்து... ஆம்பல் போட்டோவில் மட்டுமா? நம்மைச் சுற்றி எப்போதும் கூட்டம்தானே?"

"கேள்வியை நீர்த்தம் குடிக்க வேண்டும்" என்ற வாசலில் நிழலாட தின்றான் வாகு. "ஓனோ! என்ன மாமா புது வழக்கமா மிடுக்கு? வாசலையறியிலிருந்தே உமா, தண்ணீர் கொண்டு வா" "உமமா, காப்பி எங்கே?" என்றே செட்பவர் எப்படி 'கிச்சன்' வரை பாதுகாத்தினர்? வாகுவின் அக்கா பெண் உமா உலகமெவ்வாறு சிசித்தாள்.

"ஓ... போடி... பாபம், இனி அவருக்கு இப்படித்தான் அடிக்கடி' நாகம் எடுக்கும் தங்கை அடுப்புகில் தின்ற ராஜினியைப் பார்த்துக் கண்ணடித்துச் சிசித்தான்.

"அட... அங்கிருந்தே கூப்பிட்டால் அவன் கொண்டு போய்கொடுக்க மாட்டானா?"

"ஐயவோ, இட்ட அடி போக எடுத்த அடி கொப்பளிக்க அவன் நடப்பதா?

அவ்வது அதற்குள் முத்திரிக் கொட்டை மாதிரி நாம் யாராவது தண்ணீர் எடுத்துப் போய் விட்டால் அந்த 'தரிசன' கைம் கூடக் கொட்டு விடுமோ!" மறுபடி சிசிப்பு.

ராஜி தண்ணீரை எடுத்து வந்து அருகி விடுத்த மேடையில் வைத்தான். வாகு 'ஸ்பரி சம்' கூட இன்றி 'மடி' வாகத் திரும்பினான்.

எப்போதும் விட்டால் பத்துப் பேர்! ராஜி தான் மூத்த மாட்டுப் பெண், வகுபேரார், போலோர். படிக்கத் தங்கிவிருக்கும் நூத்தனார், மைத்துனர் தழைதகை! நினைவிலிருந்து உலகம் கொவந்தான்! காலை நூறு நாலுரைக்கு எழுந்தால் இரவு தலைசாய்க்க மணி படுகொண்டாடி விடும், சனமையறை வைக் குழவி விட்டு மூன் அறையில் காலை பாதுகூறு திண்ணவாகப் பாத்திரத்தைக் கவிடுத்து விட்டுப் படுக்க! அந்நேரம் மறந்து விட்டால் "அதுகளுக்கு எப்போடா எழுக்குப் போய் கதவைச் சாத்திப்போம்னு இருக்கு - எங்கன் காலத்திலே...." என்று கேள்வி போகவான் புகக்கத்து அந்தைக் கிழவி! தாக்கைப் பிடுங்கிக் கொள்ளலாம் போலி துகடும்!

இடை விடையே சிராட வரும் பெண் - மாப்பிள்ளைகள், புகக்கத்து விட்ட உறவு தொடிக் உறவு என்று வந்து விட்டால் இருக்கும் ஒரே அறையும். ஆண்கள் படுக்க விட்டுக் கொடுக்கப்படும். ராஜி தடுக்க கூடத்தில் ஒதுக்குப்பிறுமாய்ப் படுக்க வேண்டி வரும். ராஜி லாகவிற்கு அந்தரங்க வாய்ப் பேச்சுக் கேட்கு வாய்ப்பின்றியே குழந்தைகள் பிறந்தனர்....

ஒருமுறை வாகு பம்பாய் போய் வந்தான். அப்போதுதான் ராஜிக்குத் தலைச்சன் 'கொடு' கப்பிலிருந்த நோய், தன் வாயால் வைவறுக்கு அர் செவ்திவைச் சொல்ல பரபரப்பு! ஆனால் வந்தவன் தாபுடன் ஊர்க்கதைகள் பேசினான், சகோதரிகளுக்குப் பரிசுகளைய எடுத்துப் பரப்பினான், நீதனாவுடன் ஒரு மாதச் செவ்திகளைப் பரிமாறிக் கொண்டான். இடையே தங்கை நேணுகா 'குட்டை' உடைத்து விட்டாள்! அப்போது கூட அவளுக்கு ராஜி என்று ஒரு அத்தமா அது விட்டால் இருப்பது நினைவிற்கு வந்ததாகத் தெரியவில்லை!

அன்று மாலை ராஜி கொல்லைப்பூறம் உட்கார்த்து மறுநாளனக்காக இடலிக்கு அரைத்துக் கொண்டிருந்தான். எதற்கோ கைமையிடு அங்கு வந்தான் வாகு. ஓனோ ராஜிக்குக் 'குப்'ரென்று அழுளக பொத்துக் கொண்டு வந்தது.

"ஏன்வா, நான் ஒதுத்தி இருப்பது நினைவிலிருக்கோ?"

"ஓ... இன்னொண்ணு கூட நேணுக்குப்பு கொல்லித்து தினைவிலிருக்கே...."

அவ்வளவுதான். ராஜி தலைகுவிந்தான். பேசப்பட, ஏகைம் எல்லாம் வெட்கத்தில் கைர்த்தது. வாகு உள்மே சென்று விட்டான்.

அட, ஒரு வார்த்தை - லாந்தி எடுக்கிறதா, சாப்பாடு பிடிக்கிறதா... இந்தனை அரிதி.

உருத்ததை ஒருத்தியாக ஏன் அழைக்கிறாய் என்று ஒரு வார்த்தை கேட்ட மாட்டாரோ மனுஷன் என்று அதன் பின் ராஜிக்குத் தொன்றினாலும், அந்த அந்த போட்டுப் பெருமூச்சு விடக் கூட ராஜிக்கு நேர மில்லை!

தாத்தனார் ஒருத்தி பிரசவித்தாள். "நமக் கும் இப்படித்தான் ரோஜாப் பூப் போல் ஒன்று சிறக்குமோ..." என்று ஏதோ ஒரு இருட்ட இருக்கில் வாச அயன் அருகே கிடக்கத்து விட்ட போது அவன் பூரித்துப் போனான்.

ஆனால் அதன் பின்னும் ராஜி இளம் பெண் என்று நினைக்கவோ, அகப் பின்னாக்காரி, பச்சை உடம்புக்காரி என்று உட்கார்த்தயோ கூட, ஒருவருக்கும் அங்கு தொன்றவில்லை. கும்பல் குழ்த்த குடுமியத் தில் மயங்குதாரர்கள் பம்பாய், கங்கத்தா என்று வேலைவாதிப் போய் அவரவர மனைவிகளுடன் தனிக் குழத்தனம் போயும் கூட மற்ற தாத்தனாரர்கள் கையாணம், பிரசவம், அப்பா, அம்மா கண்டியப் பூரித்தி இத்தயாதினளுக்கு "தொன்" கவாள், "பாள்" ராஜத்திடம் தான்!

அப்பாடா, கடமைகள் கூடன்பிறத்தவர்களுக்குச் செய்ய வேண்டியவை முடித்தன. பெற்றோர்களையும் அகலாதத்தில் சேர்த்தாவிட்டது என்று வாச சோம்பல் முறித்த போது, பூமானவத் தொடர்ந்து வலிதாயும் பூத்து திள் தான்! பூகாத்த மேல் படிப்பிற்று அது எடுத்து வைத்திருந்ததான் அகக் குழத்தை சேகரி விட்டாய் வரும்பு!

"ராஜி! இப்போதுதான் நாம் - நம் குழத்தனம் என்று பிப்பியாக இருக்கிறோம், இன்னவர் வாச தொன்குடே வந்து நின்றுகள்."

"போதும் போதும் குழத்தைகள் பெரிசாகி விட்டதுகள். அநிலும் இந்தக் காலக்

குழத்தைகளுக்கு நூட்கமம் அதிகம்..." ராஜி "சடக்" கென்று விவவி நின்றுான்.

"அது மட்டுமல்ல, 'இந்த' விஷயத்தில் ஓரளவும் அதிகம்..." வாக ஏதோ ஹாஸ்யம் போலக் கிரித்தான்.

"அதுதான் எனக்கும் வயிற்றில் தெருப் பாக இருக்கிறது. எப்படியாவது 'உருட்டி புரட்டி' இரண்டையும் முதலில் அணுப்பி விட வேண்டும்."

"என்னத்தை உருட்டுவது, புரட்டுவது உக்கரைத் தவிர"

"போதும் போதும் சமத்து வயிறிறது"

"இருக்கட்டும், ராஜி, பூமா இப்போது தான் பிகாமம், முடித்து பாங்கில் சேர்த்திருக்கிறான். இரண்டு வகுடங்கள் சம்பாதிக்கட்டும். சேர்த்து வைக்கலாம்."

ஆமாம், அந்த இரண்டு வகுடத்தில் விஸவாசி தாது பங்கு ஏறினிடும். தெனரி ரேட் "நும் ஏறும்! அதற்கும் இதற்கும் கணக்கு சரிவாகிவிடும்"

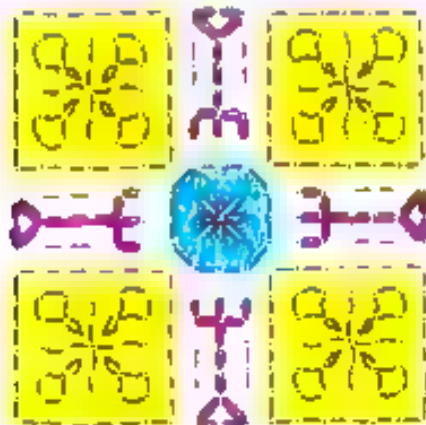
அதுவும் சரிதான். இருத்தாலும் "வாச இருத்தான். 'தீ என்ன ராஜி, என் குழத்தை கந்தாற அதுகள் எதிரே கூட என் பக்கத்தில் எட்டாரப் பஸ்படுகிறாய்? என் கூட விளிமாவிற்து வரத் தயங்குகிறாய்? அட, அத்தனை பெரிய குழத்தை பூரித்து கொள்ளும். என்னுடன் அந்த அளவுக்குள் படுத்துக் கொண்டு என் என்னவாய்?"

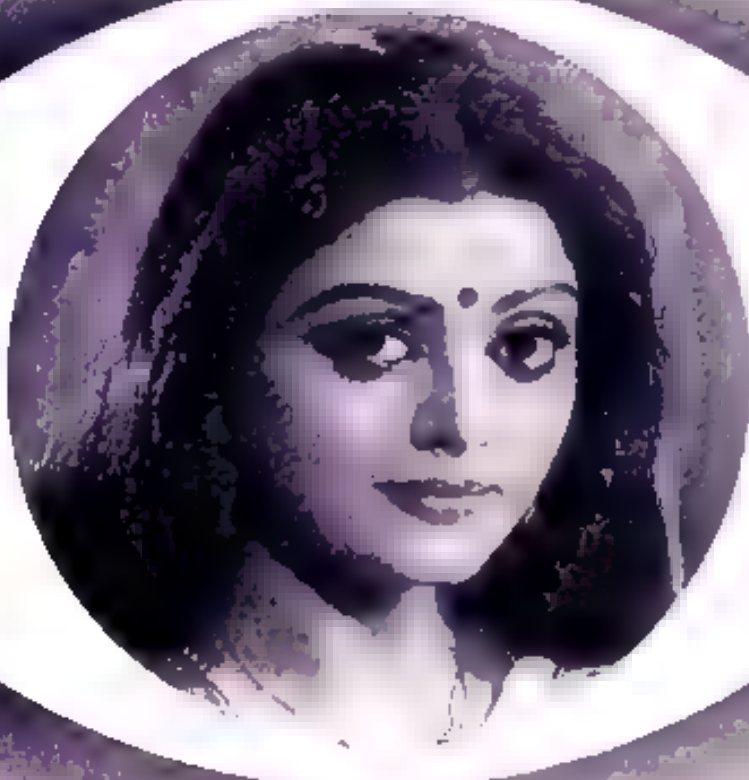
"என்னது?" ராஜியின் பார்வைவின் முன் அவன் கூசிப் போனான். "நம் குழத்தைகந்தான் அதற்காக! அதுகளுக்கு முன் நாம் விட்டுப்பாடாக இருத்தால்தான் அது கனும்" "கட்ப் ரோசிகள்" இருக்கும். என்னமோ துய்ப்பை விட்டு வானைப் பிழிப்பது போல வாலுளில்லா காலத்தில் 'இளமை' நிரும்புறதோ?"

"சரி... சரி போ... காலை ஐந்து முதல் இருவு பத்து மணி வரை மாட்டாக உணுத்து, உதக்கத்தான் வாய்க்கு தீ..." சலிப்புடன் சொந்தான் வாக.

ஒருவதியாக பூமா நகர்த்தாள். அவன் முதல் குழத்தை ஆண்டு திறைவு முடித்ததும் வலிதாவிற்து வான் குறித்தது. இரண்டு பெண்கள் கல்வாணத்தில், பணத்தால், உடவால், உன்னத்தால் அடிபட்ட ராஜிக்கு மனோபலம் கூடப் போய் விட்டாற் போய் தொன்றியது. எல்லாவற்றையும் விடக் கடைக்குடி சேகர் 'அம்மா... அம்மா' என்று பெண் குழத்தைகளுக்கு மேல் கள்ளும், வெளியும் அவளுக்கு உதவி செய்து வந்தவன் தகல் வேலை கடைத்து கொச்சிக்குச் சென்று விட்டான்.

"எனக்குக் கூட என்னமோ முன்போல இல்லை, கொஞ்சம் நடத்தால் மூச்சு வாய்க்கிறது. என்னா அப்படி?" ராஜி ஒரு தாள் பெருமூச்சு விட்டான்!





கண்களுக்குக் கார்மை, குளுமை, கிரீமை

ஐடெக்ஸ்

எலதீப் முதலிய தயாரிப்பு
ஐடெக்ஸ் வடிவமைப்புக்கு
குளுமை, கார்மை, கிரீமை
எல்லாம் தயாரிக்கப்பட்டு
பாதுகாப்பானது. பச்சை குழந்தையின்
கண்களுக்கு உபயோகப்படுத்தலாம்.



ஐடெக்ஸ்
40 ஆண்டுகளாக
உயர்வாக தயாரிக்கப்பட்டு
கண்களுக்கு உபயோகப்பட்டு வருகிறது.

அறிவித்தல்: கார்ப்பரேட்ஸ் சென்னை-600 033.

கோகுலம்

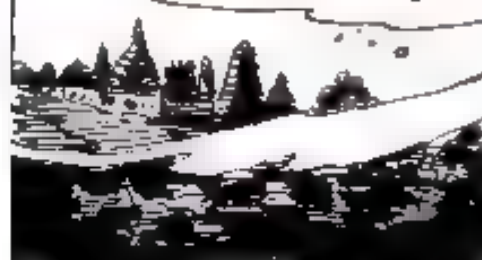
பாதாள கங்கையில்
ஒப்பற்ற
வாள்

மலம்புர்தி கிதழில்

16 பக்க வண்ணப் பக்கங்கள்



கதைத் துணிந்த
படம்: வினா



சென்றும். ராஜி.... 'மெனோபாக'க்குப் பின்
ஏதோ ஒரு படுத்தல் இருக்கும். அதோடு
கொஞ்சம் சைத வேறு போட்டிருக்கிறது
உங்களுக்கு...." வாக 'சொட்டு' வைத்தான்.

"ஏன் உங்களுக்கு யட்டும் தொந்திரைச்
சமா?" இருவரும் சிரிக்க முயன்றனர்.

"இரு இரு. நாளை மரும்கள் வந்து விடு
வான். பின் உங்களுக்கு பூரா ரெஸ்ட்தான்"

"ஆமா மா... அவரும் பாக்கிவோ",
மலம்புர்திவோ வேலை செய்பவனாகிறுப்
பான். அவருக்கும் தான் சமைத்து, டிபன்
பட்டி....

"தோ... தோ... அம்மா..." இதற்குள்
ரான்ன வந்த ஸ்ரீகாந்த் குறுக்கிட்டான்.
"எனக்கு வேலைக்குப் போகும் பெண்ணை
வேண்டாம். தான் சம்பாதிப்பதற்குள் குடித்
தண்ணீர் பண்ணட்டும் போதும். அவன்
பட்டதாரிவாக, ஏதோ உமார் சந்தேஜானம்
உண்மையாக இருந்தால் போதும். சை
திறைவ சம்பாதிக்க ஆரம்பித்து விட்ட மகன்
உறிய போது ராஜிக்கு அப்போதே தன்னை
உட்கார வைத்து ஊஞ்சலாட்டுவது போலி
தந்தது.

"ஆமான்டா, படித்து முடித்து ஆறு
மாநட்கள் வேலைசெய்வாமல் திட்டி கஷ்டம்
மறந்து விட்டதா? எங்காவது
அந்தமான் க வேலை கிடைத்தால் கூடப்
போகத் தவிராறிருந்தாலோ ஏதோ உள்ளூ
ரில் இப்போது கிடைத்திருக்கிறது. போக
றொயி! ஏன் வேலை பார்க்கும் பெண்
மன்றால் உங்களுக்கு?" வாக ஒவ்வியே பெரி
சான். ஆங்கக் கணக்கெல்லாம் ரூபாய்
அபசாவித்தான் போலும்!

"இருக்கட்டுமே... வான் வருகிற போது
பார்க்குங்கொன்றிது. அதற்கு இப்போதே
சைற்கு காக்குவாதம்? பிராப்தம் போய்
தடக்கட்டிம்." ராஜிகுள் குறுக்கிட்டு சமா
தாப்பப்படுத்தினான்.

ஸ்ரீகாந்த் உங்கானம் ஆகிறது. அவன்
ஆசைப்படியே அமுலெ, பி.எஸ்.ஸி.. படித்த
'கர்நாடக மில்டிக்' ஓரளவு பயின்றதும்ஸா
வந்தான். உங்கானம் முடித்து ஊரைராபாத்
துக்கு வந்து 'கிளப்புகள்' வைத்தனர்.

அன்று ஒருநாள் ஸ்ரீகாந்த் ஒரு வாய்
சாப்பி கிடைக்குமா? என்று உள்ளே வந்
தான்.

"என்னடா, அம் வலிவி. பூமா காப்பி
கொண்டு வா... என்று வாசலிலிருந்து
ஏலம் போகும் த சன் வரை வந்த மர்மம்
என்னவோ..." லலிதா சிரித்தான்.

"எல்லாம் தேவிதரிசனம்தான். இது
செல்லித் தெரிய வேண்டியதில்லை -



பூமர கிரிக்காமல் அபிதவித்தான்.

ஹம்ஸா காப்பியை எடுத்து வந்து அவன் ஏதிரே திட்டினான். "ஓ... தாட்டி... அவன் இதற்குள் கழித்தான். வாக கண்ணடித்தான் ராஜியைப் பார்த்து! ராஜி இதைக் காணாது போல் இருந்தான்... ரகித்தான்! "பாவம், நாய்தான் தனிக் குடித்தனமே இன்றி பெருங்கும்பலுக்கு நடுவில் இயந்திரமாக வாழ்ந்து விட்டோம். எண்ணெயை கண்ணப் புருஷனைப் போல அணுபவித்தோம். இதுகளை வது கிறிக்கக் 'என்ஜாய்' பண்ணட்டும். நாம் அதிக வேலை கொடுத்து அவனை சனியலகறையில் நிறுத்தி விடக் கூடாது" என்று அப்போதே அவன் தாயுக்கம் கணக் கிட்டது.

கய்யாண சிலப்புகல் முடிந்த நாய்காய் நான் ஸீகாந்த ஒரு துள்ளலுடன் வந்தான். "அம்மா, அம்மா எனக்கு வாய்க்கு பாய்க் அணைக்கமென்ட் கிடைத்து விட்டது. போய் ஜாயின் ஆனவுடன். அதற்குள் விசா இது யாதி அவருக்கும் வாய்க்கி ஹம்ஸாவையும் அழைத்துச் செல்லலாம். ராஜியின் பதினாக்க லுக் கூட அவன் காத்திருக்கவில்லை! "எமடியார் ஹம்ஸா... தீவந்த வேலை... ஓவா... எதைத் திழ்ஸ்..." பாய்ந்து அழைக்குக் குடினான்.

இவர் கடைசிப் பறவையும் கூட்டை விட்டுப் பறந்து விட்டது. ஏர்-போர்ட்டுக்குச் சென்று விமானத்துக் ஏறிய பின் கைவாட்டினால் கூடத் தெரியாது என்ற உணர்வு இன்றி - விமானம் புன்னியாக மறையும் வரை கைவாட்டியவையே மறத்துப் போய், மெலாகை தனவாய் கண்ணிசை அடக்க முடியாது நின்ற ராஜியை திருப்பி அழைத்து வருவதே வாகவிற்குப் பெரிய வேலையாகி விட்டது. 'ஏர்-விராஷ்' ஆகக் கூடாதே என்பதிலிருந்து, பல நாட்கள் பின்னணைப் பார்க்க முடியாதே என்பது முடியாததனையோ ஏக்கக்கல் மனத்தில் அந்தத் தாய்க்கு!

குரிய ஒளி கொஞ்சம் கொஞ்சமாக நகர்த

து. அன்றில் மத்தமான ஒரு ஒளி மட்டும் தின்று.

"ம் ராஜி கோஷ்டுடன் திரும்பினான். "ஒரு வாக் காப்பி தரட்டுமா? ஏழு மணிக்கு மேல் காப்பிடலாம்."

"சரி..." வாகவிற்கு கோபாலில் காய்த் தார்.

ராஜி "காய்" அடுப்பை எழுப்பினான். தீவந்தாமரை ஒளி ஸ்வாஸை அவனைப் பார்த்துக் கிசித்து. "ராஜி, தீ என்னை விட்டு ஒங்கிவருப்பதா... உன்னை நான் விடுவதா? உனக்கு நான்.... எனக்கு தீ... அன்று நான் விடுகு அடுப்பு... இன்று வாக அடுப்பு. - ஆதலாம் தீவம்... ம்... உன்கென்னை தனிக் குடித்தனமாகத் துளி ருமாய்... நடத்து!! உன் ஆகா தீவர்பயிற் விட்டதல்லவா?" பகிர்சென்று திருவி அடுப்பை அணைத் தான் ராஜி!

தனிக் குடித்தன ஆகா இருந்த போது குடும்ப பதங்கன் பலவிதங்களிலும் காலக் கற்றிச் கற்றி வந்தான்! கணவனைக் கண்ணோடு கண் நோக்கக் கூட சூழ்நிலை யும், கைசியமும் நேரமும் இருத்ததில்லை! ஆனால் இன்று ஒரு வாய் தண்ணிராவது வாராவது கொண்டு வந்து தர மாட்டார் கனா. பேச்சுத் துணைக்காவது வாராவது கிடைக்க மாட்டார்களா என்று நினைக்கும் பருவத்தின் போது நான் பெற்ற குழந்தை கள் கூட இல்லை!

காப்பியை வாகவின் கையில் கொடுத்த ராஜி அப்படியே அவர் மடியில் சரித்தான். விம்மி விம்மி அழுதான். அந்தப் பெண் மனத்தில் அன்றும் இன்றும் என்றுமே நிறை யெறாத ஆனகை... ஏக்கக்கல் பங்கிப் பெருகி அவர் மடி தனைத்தது. மெல்ல மெல்ல அன்றக்குள் இருள் சூழ்ந்தது.

கைக் கெட்டும் துரத்தில் 'ஸ்கிப்ட்' இருத் தும் வினக்கைப் போடாமல் பிரமித்து உட்கார்த்திருத்தார் வாக. ஆசைப்பட்ட தனிக் குடித்தனம் கைக் கெட்டியும் அணு பாய்க்க இயலாத ஏக்கத்தின் பிரதிபலிப்போ அது!



இரவு வேளையில் ஏகப்பட்ட கை டல் காப்பிட்டால் வயிற்றில் தெனரேட் டர்தான். சித்த கண்டவைய என்ன செய்வ லாம்? வீதமுள்ள கண்டலில் எழுமிக்கலா னைய புவிவைக் கைத்து ஊற்றி வைவுக் கள். மறுதல் காலை, மிளகு, மிளகாய், 1 கல்புன் வெந்தளம், 2 கல்புன் உளுத்தம் பருப்பு, கிரிதாவு தேக்காய்த் துருவல், சிறு துண்டு வீரகி மஞ்சள் இவற்றை வைத்து, தேவையான உப்பு சேர்த்து அரைத்து கண்டல்சுப்புவில் கைத்தி. தங்கு கொதிக்க வைத்தால் மிக ருசியான கண்டல் சூழம்பு தயார்.

— கனகசபை.

முன்பு



இப்போது



உள்ளடக்கம்: புதிய அலுவலகமே, புதிய தோற்றத்தானது இங்கு சிபிசிக்கு தோற்றம் கொண்டுள்ளது.

ஆனால், அதுமட்டுமே இல்லை.
உள்ளே, எப்போதும் போலியை
யிகர் சிறத்தது.
இனிப்புடையது.

1. **THEORY**
 2. **EXPERIMENT**

இருப்பதற்கும் செறிந்தது. மேலும், இவ்விதம் எளிது ஏனெனிய சரிபாடி அகலிதே கொடுப்பது கடினமானது. எனவே, சிவசுமரம் இந்த மாதம் ஒரு அழகியவரது - திருக்கதாரம்.

[illegible]

சாப்பிடுவது

கூட புரட்சியாயா?

"சீமந்தா தரிசோதம் சாப்பிடு, சாக்ஸெட் தரிசோதம்," "பால் குடித்துவிட்டு வா, பார்க்குக்குப் போகலாம்," "வா, ம.வி.யில் காட்டுஞ்சு பார்க்குக் கொண்டே சாப்பிடு,"

"தானே சாப்பிடுகிறாயா, நான் வந்து அழுக்கு வைத்துப் போட்டிருமா?"

இதெல்லாம் இரண்டாம் வயதிலிருந்தே, குழந்தையைச் சாப்பிடச் செய்வ, பெற்றோர்களின் துணுதுதல்கள்.

கூடல் வளர்க்கிக்குத் தேவை உணவு, சிறந்தது முதலே, குழந்தையின் கண்ணத்தில் என வைத்தால், அந்தப் பக்கமாக வாயைக் கொண்டு போய்ச் சாப்பிடத் துடிக்கும்.

"குழந்தைப் படுபொ, கொள்ளித் தேனோ" என்பார்கள், அப்படிச் சாப்பிடுவது அக்கறை காட்டியவற்றை குழந்தை ஏன் திரைந்து இரண்டாவது வயதிலிருந்தே சாப்பிடும் வேளையில் சாப்பிடாமல் அடம் பிடிக்கிறது?

குழந்தை வளர்ப்பில் இது புது பிரச்சனை:

குழந்தைக்கு, நுலா காட்டி, பாட்டுப் பாடி, உதை சொல்லி, சாப்பாடு ஊட்டுவது தொன்று தொட்டு தாய்மாமர்களிடம் இருந்த பழக்கம்.

ஆனால், அன்று அந்தப் பழக்கம் சாப்பாட்டு தேரத்தை இப்பகரமாக, ஆனந்தமானதாக, தாய்க்குய் செய்கும் தெருக்கம் ஏற்படுத்தக் கூடியதாக இருந்தது.

இன்று அது பெரிய போராட்டம் போல இருக்கிறது.

குழந்தைக்கு உணவு கொடுப்பது ஒரு பிரச்சனையாக மாறுவது ஒரு குறிப்பிட்ட காலகத்தில்தான்;



ஏழைக் குழந்தைகள், பாலம் எப்பொழுது என்ன கொடுத்தாலும் சாப்பிட்டு விடும். தந்தைக்கு ஏதும்பத்தில், பெரிய குடும்பத்தில், பெற்றோர்களுக்கு, முக்கியமாக தாய்க்கு, குழந்தைகளுக்கு மூன்று வேளை சாப்பாடு செய்து போடுவதே பெரிய வேளையாக இருக்கும்.

ஆனால் கொஞ்சம் சின்ன, வசதியான குடும்பத்தில், வீட்டு வேளையாக சதவிக்கு ஆளும் இருக்கப் பொழுது, குழந்தைகளின் சாப்பிடும் பிரச்சனையைக் கவனிக்கிறது.

இப்பொழுதெல்லாம், குழந்தைகளுக்கு சிப்ஸ், பட்சணங்கள், சாக்லேட், பீன்கட், பழங்கள் என்று சாப்பாட்டு வேளைகளுக்கு இடைவெளியில் திறையக் கொரிப்பதற்குக் கொடுக்கப்படுகிறது.

சந்தோஷமாக, தன்னிச்சையாக விளையாட வேண்டிய குழந்தைக்கு 2½ வயது விரிந்து, கூசுல், பர்ட்டை என்று மென்ஷன் போறு.

இந்தப் பிரச்சனையின் ஆரம்பம் எது?



இரண்டு மாதக் குழந்தை கூட, பால் சாப்பிடுவது எல்லா வேளைகளும் ஒரே மாதிரி இருக்காது. ஒருவேளை குறைவாக இருக்கும். ஒருவேளை அதிகமாக இருக்கும்.

தாய்ப்பால் கொடுக்காமல் களர்த்துக் கொடுப்பவர்கள் குழந்தை எல்லாவை சாப்பிடுகிறது என்பதைப் பார்க்க முடியுமாதலால், குறைவாகச் சாப்பிடும் பொழுது, அதற்குக் களர்த்த பாலை அழுக்கி வைத்துப் புகட்டி, அல்லது ½ மணி நேரம் கழித்து நிதிப் பாலை மறுபடி கொடுக்கப் பார்த்து, அதற்குப் பாலின் மேல் வெறுப்பை உண்டாக்கி விடுகிறார்கள்.

நாளுக்கு மாதத்தில் கொட்டி உணவு கொடுப்பதைக் குழந்தையினால் கிரகித்துக் கொள்ள முடியாது. சில குழந்தைகள்தான் சொம்புப் பசித்து, அடிக்கடி அழும். அதற்குக் கம்பென்று இருக்க வலிவறை திரப்பத்தான் கொட்டி உணவு. ஆனால் எல்லாத் தாய்மார்களும் குழந்தைக்குத் தேவையோ இல்லையோ, 3-4 மாதங்களில் ஒரு கப் செரலாகைக் குறைத்து வைத்துக் கொண்டு, குழந்தை உப்பத்துப் பாலில் அடைக்கிறார்கள்.

குழந்தைக்கு ஸ்தூத மாதம் ஆகும்பொழுது அதன் எடை, நிறப்பு எண் எயர் பெரல் இருமடங்காக ஆகிறது. அதற்குப் பின்பு, அதன் வளர்ச்சி அவ்வளவு வேகமாக இருப்பதில்லை. ஆறுவேளை பால் சாப்பிட்டுக் கொண்டிருந்த குழந்தைக்கு மூன்று வேளை சாப்பாடு போதுமானதாகிறது. இந்த மாற்றத்தைப் பல தாய்மார்கள் உணர்வதில்லை. ஏற்றுக் கொள்வதுயில்லை.

பெற்றோர்களைப் பொறுத்து, வயசை மதப் பொறுத்து, குழந்தைகள், சிறிதாகவோ, பெரிதாகவோ இருக்கும். ஆனால் உணவைத் திணிப்பதினால் குழந்தை பெரிதாக ஆதும் என்று நம்பிக்கை இன்னமும் பலரிடம் இருக்கிறது.

குழந்தை தானாகச் சாப்பிட்டால், கீழே சிந்துவிறது. மேலெல்லாம் ஆக்கிக் கொள்கிறது என்று அது தானே சாப்பிடும் இன்பத்தை அனுபவிக்க விடாமல், பெரியவர்கள் ஊட்டியிலும் பழக்கத்தை ஏற்படுத்துகிறார்கள்.

பிரச்சனையைச் சமாளிப்பது எப்படி?

உணவுவேளையைப் பிரச்சனையாக ஆக்கி

இது ஏன்?

பெரியவர்கள் சிம்பு பருமனாக இருப்பது அசிங்கமாக இருக்கிறது என்று நினைப்பவர்களும், குழந்தைகள் குண்டாக இருந்தால் அழகு என்று நினைக்கிறார்கள்.

படித்த பெண்கள் வசதியும் இருக்கும் பொழுது, சத்துணவு, "பெலன்ஸ்", "மட" என்று தெரிந்து கொண்டதை எல்லாம் குழந்தை வளர்ப்பில் பிரயோகப்படுத்தப் பார்த்தார்கள்.

விட்டால், மறுபடி அந்த நேரம் வரும் பொழுது குழந்தைக்குப் பசித்தால் கூட எப்படியாவது அந்தச் சூழ்நிலையைத் தவிர்த்தலே முயற்சிக்கும். (இந்த குழந்தை வெளியிலே, மற்றவர்கள் விட்டிலோ படுத்தாமல் தானாக சாதாரணமாகச் சாப்பிடும். சில தாய்மார்களின் மனத்தை இந்தச் செய்கை புண்படுத்தும்.)

சில பெற்றோர்கள், தங்கள் தல்லது என்று நினைக்கும் பொருள்களை மட்டுமே குழந்தை சாப்பிட வேண்டும் என்று நினைக்கிறார்கள். குழந்தை தெய்வசாதம் சாப்பிட்டு விட்டுத் தவிர சாப்பிடுகிறதென்றால், அதன் தாய் தவிர சாதம் தான் சாப்பிட வேண்டும் என்று கட்டாயப்படுத்துவது அரித்தமில்லாமல் இருக்கிறது.

‘கத்தரிக்காய் பிடிக்காது சரி, ஆனால் வெண்டைக்காய் பிடிக்காமல் இருக்குமா என்பதால், ஒரு தாய் - ஏனென்றால் அவளுக்குக் கத்தரிக்காய் பிடிக்காது. இதைச் சாப்பிட்டுப் பாரி, என்று சொல்லலாமே தவிர, சாப்பிட்டுத்தான் ஆகவேண்டும் என்று கட்டாயப்படுத்துவது, குழந்தைக்கு அந்த உணவுப் பொருளின் மேல் வெறுப்பை உண்டாக்கும்.

குழந்தை, “படுக்கையில்லை, இந்தத் தின்பண்டம் பிடிக்கவில்லை,” என்று சொல்லும் பொழுது, அதைக் கட்டாயப்படுத்திச் சாப்பிட வைப்பது மிகவும் கொடுமை.

உவமை, பயம் என்று உணர்ச்சி வரப்படும்தொழுது நயக்குச் சாப்பாடு இறங்குவதில்லை.

பெற்றோர்கள் கோபித்துக்கொண்டு குழந்தையை அடட்டியசின். கூடப் பிரத்தவர்களுடன் சண்டை போட்டுக் கொண்டிருக்கும் பொழுது, அல்லது கீழே விழுந்து அடிபட்டுக் கொண்ட சின், கொஞ்சம் சகஜ நிலைக்கு

வர நேரம் கொடுத்த சின்பே சாப்பிடச் சொல்ல வேண்டும்.

ஸ்கூல் பஸ் வந்துவிடும். இன்று பரீட்சை, போன்ற பவத்தாலும், வினைவாடப் போக வேண்டும் என்ற வேகத்திலும் சாப்பிடத் தோன்றாது.

இந்த நேரங்களில் வயிற்றை வலிக்கிறது, குமட்டுகிறது, வாயில் எடுத்துவிடுவேன் என்று குழந்தை சொல்லுதெல்லாம் உண்மையான உணர்வுகளே. பிடிக்காமல் சாப்பிட்டால் குடல் ஏற்காது.

இரண்டு மூன்று வயதில் குழந்தை தனக்குப் பிடிக்காத உணவைத் தட்டியப் பார்த்தாலே அடி ஆரம்பித்துவிடும். இந்த வயதில் தட்டைத் தள்ளி, வைத்துவிட்டு எழுந்து போய்விடும், எட்டு வயதில் எனக்குப் பிடித்ததை மட்டும் தான் சாப்பிடுவேன், பிடிக்காததைச் சாப்பிட மாட்டேன் என்று தர்க்கம் செய்யும்.

‘மார்க்ஸவல்’ என்று குழந்தை மனோரத்தவ திபுனர் சொல்வது போல், சாப்பிடப் படுத்தும் குழந்தைகளைச் சமாளிக்கச் சிறந்த வழி, சமைத்த பதார்த்தங்களை எல்லாம் தடுவிய் எடுத்து வைத்துக் கொண்டு, எல்லோரும் கத்தி உட்கார்த்து கொண்டு, அவரவர்களுக்குப் பிடித்த உணவை எடுத்துப் போட்டுக் கொள்வதுதான்.

சாப்பிடுவது இன்பமானது, சகஜமானது, எல்லோரும் சாதாரணமாகச் செய்வது, என்ற உணர்வு குழந்தைக்கு ஏற்படும்படி, நாம் தான் நடத்து கொள்ள வேண்டும்.

— ஜெயா வி. ராமன்.

புனைப்பவர்கள்

அழ. காசி வில்வநாதன்.

பச்சைப் பவிசை நீரில் ஒருதான் முழு வதும் ஊறவைத்து முளை கட்டியதும், நிறலில் உலர்த்தி, பின் வானவியில் சிலக்க வறுத்துக் கொண்டுவும். இதை விட்டியிக்கும் அரவை இயந்திரத்திலே, அல்லது வியினில் கொடுத்தோ இரண்டாக உடைத்துக் கொள்ள வேண்டும். அடுப்பில் பாரு வைத்து பகுப்புகளில் கொட்டி, கலத்து கூடுகளில் அடைத்து கல்வானைக்களுக்குக் கூட வைக்கலாம். உடைத்துச் சாப்பிட பிரயாதமாக இருக்கும். பல மாதங்களுக்குக் கொடாது.

— உமா.

மொகைத் தரைவிய் ஆகிப் நவறு தலாகக் கொட்டி விட்டால், பாவிக் போய் விட்டால், கடிக்கச் கொலம் வாய்விட்டு விட்டால்.

— பார்வதி.

ஏதாவது பண்டத்தை என்றால் ஸ்வாமி படம் பக்கத்தில் வானைக் கண்ணை தடுவதைப் பார்த்திருக்கிறோம். சமீபத்தில் வரலட்சுமி நோக்சித்ரு ஒரு பெண்மணியின் விட்டியுக்குச் சென்றிருந்தேன். அட! பூத்தொட்டியில் லாஷைக் கண்ணை நட்குத்தார். இரண்டு நாட்களாகிஷும் வாடவில்லை. நானும் செவ்வாயோ!

— ஜாகதி.

மலர்ப்பாடல்

தூர்க்கையின்
விழ்ப்பாடல்கள்



ரோஜாப்பூ கொண்டு வந்தே - எங்கள்
ராஜேஸ்வரியைப் பூனை செய்தால்
தேசாதி தேசம் மெக்கம் ஒரு
ராஜாணைப் போல வாழச் செய்வான்.

முல்லைப்பூ கொண்டு வந்தே - எங்கள்
மோகனாங்கியைப் பூனை செய்தால்
இல்லை என்று சொல்லாமலே அவன்
அன்வி அன்வித் தந்திருவான்.

மருக்கொழுந்து கொண்டு வந்தே - எங்கள்
ஜோதி அவனைப் பூனை செய்தால்
ஒதி உணரா வித்தையெல்லாம் தந்து
மேதை என்றாக்கி விடுவான்.

தூர்க்கையின் துடிப் பாடல்கள்

அம்மனின் பலவித ஸ்தோத்திரப் பாடல்
கள் தொகுப்பு - தெ.சி. நெல்லிகாமணி -
விலை ரூ. 3.50

நல்ல கேள்வி! நல்ல பதில்!

குழந்தைகளுக்கு அறிவுநாயாகக் கேள்வி
பதில்கள் - தொகுப்பு: எ. கோதி.
விலை ரூ. 7.00

பலன் தரும் சாகுபாடு பூனை

பயிலேறு நாட்களில் வரும் ராசு கால
பூனைகளின் சிறப்பினைத் தொகுப்பவர் -
ஸ்ரீ துர்க்கைச் சித்தர்.

விலை ரூ. 6.00

(இரண்டும் - ஸபலப் பப்ளிகேஷன்ஸ்.
த.பெ. எண்: 1345, 305, விவகிச் செட்டித்
தெரு, சென்னை - 1.)

மேலும் சில புதிர்க் கதைகள்

குழந்தைகளுக்கான கம்பகமான புதிர்க்
கதைகள். தொகுப்பு: எ. கோதி.
விலை ரூ. 8.00

(இரண்டும் - தன்மொழிப் பதிப்பகம்,
33, அறித்தர் வீதி, புதுச்சேரி - 1.)

ஜாதகாயக்காரம்

ஜாதகக் கணணையர் பரிசு விரும்புவோர்
குக்கு. தமிழாக்கம்: எஸ். எஸ். ராகவன்.
விலை ரூ. 9.00

பக்ஷிஸ்

ஆந்திர ராமாயணம்

பாபாயணம் செய்வோர்க்கு உகந்தது.
தமிழாக்கம்: ஆ. சுப்பிரமணியப் பாரதியார்.
விலை: ரூ. 20.00

(இரண்டும் - கிரீடிடேடிங் ஏஜென்ஸி,
10, திரு. கபாலிகபாதி சன்னதி தெரு,
சென்னை - 4.)

சத்துள்ள காய்கறிப் பதார்த்தங்கள்

தாமரை வண்ட - தக்காளிக் கறி, வாழைக்
காய் கபடா போன்றவை, தொகுப்பு: தமிழ்
வாணம்.

விலை ரூ. 5.25

பழரசு புரணங்களும், ஜாம் வகைகளும்

கேரட் மொர்ப்பா முதல் மாப்பழச் சட்னி
வரை, தொகுப்பு: மணிமேகலைப் பிரகர
ஆகிரியராதா.

விலை ரூ. 5.00

(இரண்டும் - மணிமேகலைப் பிரகரம்,
த.பெ. எண். 1442, 4, தனிகாசலம் செட்டி
ரோடு, தி. நகர், சென்னை - 17.)

பவவித விணிகளுக்குப் பயனுள்ள மருத் துவம்

பிளட் பிரஷர், காதிஸ் சிழ் போன்றவற்
ற்றிற்கு வளிய வைத்தியம் தற்பலர் திரு. சப்
பத்தம்.

விலை ரூ. 11.00

புரட்சிக்காரர்கள் நடுவே...

த. சிதம்பர சுப்பிரமணியன் பற்றி மதிப்
பீடு செய்பவர் மாலன்.

விலை ரூ. 10.00

வெள்ளிக்கிழமை பூசனுக்கு வாங்
கிய வெற்றிலையை எதெச் வசமாக
ஒரு பித்தளை டம்ளரில் வைத்து
கவிழ்த்து முடிவேன்! என்ன அதிசயம்,
திங்கள்ன்று வெற்றிலை எவந்தபடி
வாடாமல் இருந்தது.

— ராஜம்.

(இரண்டும் - கங்கை/லாந்தி பதிப்பகம்,
13, தினதயாநு தெரு, தி. நகர்
சென்னை - 17.)
தாகுரின் கீதாந்தலி
தமிழாக்கம் - வி. ஆர். எம். செட்டியார்.
விலை ரூ. 10.00

(செவ்வி பதிப்பகம், 41, குரப்ப முதலி
தெரு, சென்னை - 5.)

விஞ்ஞானக் களவுச் சொற்கள்

விஞ்ஞானத் துறையில் பயன்படும் பல
சொற்களுக்குத் தமிழ்ச் சொற்களவுத் தந்தி
குப்பவர் எஸ். சங்கரன்.

விலை ரூ. 8.00

நினைப்பதெல்லாம் நடக்க வேண்டுமா?

வாழ்க்கையின் வெற்றிக்கு வழிகாட்டு
பவர் பிரம்மானந்தம்.

விலை ரூ. 7.00

(இரண்டும் - அநுராகம், 10, கண்ண
தாசன் சாலை, தி. நகர், சென்னை - 17.)

பாண்டியர் பெருவழுதி தரணயங்கல்

தமிழ் அறிஞர்களும், ஆராய்ச்சியாளர்
களும் படிக்க வேண்டிய சரித்திரச் சான்றுக
ளுடன்கூடியதால், ஆசிரியர்: இரா. கிருஷ்ண
மூர்த்தி.

விலை ரூ. 30.00

(இரா. கிருஷ்ணமூர்த்தி, 161, அண்ணா
சாலை, சென்னை - 600 002.)

யாகவா முனிவரின் 111 கட்டளைகள்

வாழ்க்கையில் அடிப்படை உண்மைகளா
அறிய உதவும் கட்டளைகளைத் தருபவர்
யாகவா முனிவர்.

விலை ரூ. 25.00

(பெரியவர் இல்லம், 2/389, வேளச்சேரி
மெயின் ரோடு, மேடவாக்கம், சென்னை.)

கடிய மேகங்களில் ஒளிக்கீற்றுகள்

வாஸந்தியின் மூன்று குறுநாவல்கள்.
விலை ரூ. 12.50

நிர்வாண முகங்கள்

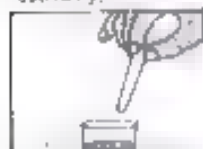
வாஸந்தியின் மூன்று குறுநாவல்கள்
விலை ரூ. 13.50

(இரண்டும் - இமயப் பதிப்பகம், 13,
நீலா தெற்கு வீதி, தாகப்பட்டினம்.)

**பற்குழியினால் வலி ஏற்பட்டு, இந்த அரும்பும்
புள்ளைகை கண்ணீர்ப் பெருக்காய் மாறிட
அனுமதிக்காதீர்கள்.**



இந்த அந்த உணவுப் பானம்
கிணறுகளை அடுத்து இதை
உணவாக கொடுக்க
வேண்டாம். உணவு
பெறாதது.



உணவு கொடுத்தால் கொடுத்த
பொருள் உணவு கொடுத்ததில்
உணவு உணவு கொடுத்ததில்



கொடுத்த உணவு கொடுத்த
கொடுத்த உணவு கொடுத்த
கொடுத்த உணவு கொடுத்த



கொடுத்த உணவு கொடுத்த
கொடுத்த உணவு கொடுத்த
கொடுத்த உணவு கொடுத்த



**இப்போதே, குழந்தைகளின் அலுவலகம் வந்து
எடுத்துக் காண்க.**

கோல்கேட் பல்பொருள் காது, கிணறுகளை அகற்றும்
பற்குழியை அகற்றும் வங்கை குழந்தைகளை குழந்தை
பாதுகாப்பு.

குழந்தை பல்பொருள் காதுகாப்பு



இப்போது

ஹார்லிக்ஸ் கேடூதஸ் காஸ்ஸீயித்தூடன்



**“அப்படி என்ருல்
ஒய்யொருவருக்கும்
கூடுதல் ஆரோக்கியம்”**

ஹார்லிக்ஸ் இப்போது கூடுதல்
காஸ்ஸீயித்தூடன் செறிவூட்டப்
பட்டிருக்கிறது—மேலும் ஒத்ததொன்றில்
வலுவான பதனாக்கும், ஆரோக்கியமான
எலும்புகளுக்கும், குடும்பத்தின் அங்குலிகை
ஆரோக்கியத்திற்கும் ஹார்லிக்ஸ்க்கெல்லாம்
முக்கியமானது. கடுமையான உரும
பாணாட்டும் தாங்களாகவெடுத்த கைவல
தெருவான கூடுதல் காஸ்ஸீயித்
கிடைப்பதிலும் இது உதவுகிறது.

ஹார்லிக்ஸ் குழுவாகும் இத்தொடர்
கூட்டக்கூறுகளை தீவிரத்துடன்
புரோட்டீன், விட்டமின், கிளோரின்,
மற்றும் கால்சியம் ஹைட்ரேட்—இவை
உட்கொள்ளும். கூட்டமும் அளிக்கின்றன.
இப்போது கூடுதல் காஸ்ஸீயித்தூடன்,
கூடுதல் ஆரோக்கியம்.

செந்திரன்





காலம் பொண்ணானது!

வாழ்க்கையில் எதை இழந்தாலும்
திரும்பப்பெற்றுவிடலாம். ஆனால்
போய்விட்ட நேரத்தை, காலத்தை
மட்டும் திரும்பப் பெறவே முடி
யாது. 'பொண்ணான காலம்' என்
பார்கள்; உண்மையில் பொண்ணை
விட உசத்தியானது காலம். அதைத்
திட்டமிட்டுச் செலவழிப்பவர்கள்
வாழ்க்கையில் தோல்வியை
இல்லை!

திட்டமிடுதல்:-

எங்களு நாளைய அலுவலியம் திட்டமிட
வேண்டும். அப்படிச் செய்வாவிடில்
எங்களு நாளைய நேரம் வேலை நிறுத்தி
தொடங்கும். மேலும் மேலிருக்கும் ஒவ்
வொரு வேலைக்கும் நேரத்தைப் பிரித்துக்
கொடுங்கள். இதன் மூலம் வாய்ப்புகளில்
நேரத்தைச் செலவிடுவதைக் காட்டிலும்
பேர்தனக்களியே அதிக அளவில் நேரம்
செலவாகும். மட்டுமே தவறா நீங்கள்
தயாரிக்கலாம். ஒவ்வொரு ந 7 ன் ன
யும், திட்ட நாளைய இலக்குகள் உள்ளிட்ட
இரண்டு அல்லது மூன்று பெரும் விஷயங்
களுடன் கூடிய கால அட்டவணைகளுடன்

தவக்குதல்கள். ஒரு கிட்டத்தாத் கிட்டமீதி வசில் சொஸ்திற் தோத்தாதக் காப்புதல் அளதல் பத்தி. ஆகாசாண சொஸ்திற் தோர் துளதீவ. இன்சறவ தீவகல்ப் பதூவ திர். மீதுத் தோத்தித் துளப் தீவகலித் த மி. 1742கள்.

இருமுனைப்படுத்தல்:

[illegible]

Gen. Overview:

தீண்டா காலங்களில் வேலைகள் பார்க்கும் போது இவை விவரணையில் காணத்தக்க சக்தி குறைகிறது. கலிப்புகழுகிறது. ச. ச. சிவ அழகிய பற்று இறுக்கம் சேல்கிறது. சிவ நிதி, சிவன் துறைமுகம் சிவ நிதி. அதுவாக்கத்தை கருவின துறை. ச. ச. சிவத்த நிலையிலிருந்து சற்று மேல் எழுந்து நித்பந இலாந்தா சிவ சிவனாகக் தென்பட ஏற்படலாம். களையப்பாறுதல் சிவசுருஷை சிவ துறையாக அழிகப்படுதல் சிவ நிதி சிவனாக சிவகாது ச. ச. சிவ இறுக்கத்தை கருவியுடையவால் உய்க்கின் ச. ச. சிவ துறையாக கப்படுகிறது. சிவன் ச. சிவ துறையிலிருந்து சிவ பற்று மேல் துறையை காப்பதற்கு பயன்படுகிறது.

ஆழப்பத்தைத் தவிர்த்தல்:

வெகுண்டப் பேரணி மீது பேரப்பர்கள்
தயர்ந்து கொண்டு இருக்கும். முக்கியமான
விஷயங்கள் எப்படியோ பேரவை மீதே
கொண்டிருக்கிற பாவனையை காண்பே
பார்கள். எப்படிப் பார்த்தாலும் ஆய்வும்
நிரூபணப்படுத்துதலும்தான் தடை செய்கிறது.
இறுக்கத்தைப் மேல்மற்றது எடுப்படியும்
பது போன்ற ஏமாற்றத்தையும் எதிர்பார்க்க
வேண்டும்.

உங்களது மேதை தூய்மாதாக ஒழுக
கற்று இருப்பின், அதை மாற்றி அமைப்
பதற்கு நேரத்தைச் செலவிடுங்கள். எல்லா
வகையான பேய்பாக்கையும் ஆராய்ந்து 1.
உடனடியாக முடிய எஞ்சிக் வேண்டியது.
2. குறைத்த அளவு முதன்மை அளிக்க
வேண்டியவை 3. பூர்த்தியாகாதவை 4.
பழக்க வேண்டியவை எனப் பிரித்தெடுக்
கள். முதல் கிளப்பின் எண்ணிக் முத்திரை



பாடல் விஷயத்தை அப்போதுதான் நடுநிலை வயதில் கொள்ளுங்கள். மிகமுன்னால்தான் பாடலையிலிருந்து அகற்றுங்கள். நீங்கள் ஒரேயொரு விஷயத்தை மட்டும் ஒரே மையத்தில் நினைத்து அதில் மயம் ஆடு. அதே மையத்தில் உணர்வு செலுத்துகிறீர்கள் என்ற படை நறுவாயில் முக்கியமான நிலையில் உணர்வு செலுத்துங்கள். முடிவாக ஒன்றுமொரு மாணவியைப் போலவே முழுவதுமாக காணிக் கொள்வார்கள் அல்லது ஒரேயொரு அளவாகும். இது அடுத்த தானையாக மாற்றத்திற்குப் பெரிதும் உதவும்.

உதாரணம்: கீழ்க்கண்டவற்றை எழுதினால் உறுதியாகிறது.

செய்யுத்காக என்னமதில் சமையப்பத
தும் முற்றுப் பெற்ற நிலைமை. அடைவதற்
காக பாடுபடுவதற்கும் வித்தியாசம் இருக்
கிறது. முதல் சமையப்ப அடைவதில் கையையும்,
திருப்பி செய்வதும், ஆடுகளியைமனனும்
-ஆரும். இரண்டாம் அடைவதில் கையாத்திய
மொன்றுவதும் தம்புக் கொளாறியால்
அடைவதும். 3 செய்வதும். ஆதும்;
தோதகத் திகழப் செய்வதில் சமையப்ப
மாகும். முதலியவதில்வதில்வாத தப்பிற்காக
ஒரு துப் பெருந்தாளி யின்தும் எடப் செய்
விறாப். அல்லது ஒரு முதலாளி அய்வாறு
கேட்கிறாப் என்பதும் புரிகிறதல்லவா?

முடியாது என்று சொல்வதற்குத் தயங்காதீர்கள் !

தேரத்தத மிச்சப்படுத்துவதில் முக்கிய
மாஸ்திரை அம்சம் தக்க சமயத்தில் முடி
பாது' என்று கூறுவது. சங்களுமா, பதிரி
கேளுத்து உதவி பா ய இல்லாத
பின்னப்பங்களை சாமார்த்தியமாய் அபே

கேதான் விசிறிகளே வருக
விழாக்கால சலுகை பெறுக!

ரூ 25/- தள்ளுபடி
தீபாவளி வரை மட்டுமே.



சலுகைகள் தீவிங், போர்டபிள்
பிரஷர் விசிறிகளுக்கு
1988 நவம்பர் 10-ம் நாள் வரை.

கேதான்

பெயர் ஒன்றே போதுமானது

சம்பந்தில் உறுதியாய் மறுப்பதற்கு கற்றுக் கொள்ளுங்கள். உங்களுடைய உற்சாகமுட்டுவதற்கு சக்தி வேண்டியிருந்து விடாமலிருக்க வேண்டும். ஆனால் நேரத்தைச் செலிப்பதற்கு உண்மையான முக்கியமான வேலைகளில் ஈடுபட அபாயகரமில்லாத கடமைகளைத் தவிர்த்த வேண்டும்.

தன்னிப் போடாதீர்கள்:

ஆழமால் வேருன்றிய பழக்கங்களில் ஒன்று தன்னிப்போடுதல். சரியான முறையைப் பின்படுத்துவதன் மூலம் இதை மாற்றி அமைக்கலாம். அமெரிக்காவின் "மனோதத்துவ தந்தை" என அழைக்கப்படும் வில்லியம் ஜேம்ஸ் தனது "மனநூலின் விதிகள்" என்ற நூலில் இதற்கு ஒரு முறையாய்க் குறிப்பிட்டிருக்கிறார்.

1. உடனடியாய் முதல் அடிமை எடுப்பது மிகவும் முக்கியம். 2. வேகமாய் அதிகம் செய்வதற்கு முயற்சி செய்யாதீர்கள். ஒரு காரியத்தை மட்டும் தற்போதைக்குச் செய்வதற்கு உங்களை கட்டாயப்படுத்துங்கள். ஒவ்வொரு நாளையும் வெறுப்புண்டாக்குகிறது விஷயத்துடன் துவக்குங்கள். தவணை கடந்த மன்னிப்பு வேண்டுதல், சக தொழிலாளியை ஒப்பிடல், நீங்கள் சமாளிக்கும் சதா தொடர்ந்து கொடுக்கும் குடும்ப கடனும் இது போன்ற ஒரு சிறு விஷயமாகவும் அது இருக்கலாம். எதுவாக இருந்த போதிலும் எப்போதும் செய்யக் கூடிய காலம் நேர வேலைக்கு முன் அதைத் தொடங்குங்கள். இந்த முறை உங்களுக்கு அந்த நாளான க்குரிய சரியான மனோதிடையை அளிக்கும். ஒரு

நாளில் இதற்கு 15 நிமிடம். நேரமே இருந்த போதிலும் நீங்கள் பூர்த்தி செய்த சந்தோஷம் மற்ற விஷயத்தினால் நான் முழுவதும் செய்ய வேண்டிய சந்தோஷம் உணர்ச்சியை பெறுவீர்கள்.

இதில் ஓர் எச்சரிக்கை. விதிவிலக்குகளை அல்லது மறுப்புகளை அனுமதிக்காதீர்கள். வில்லியம் ஜேம்ஸ் இதை நூல் சுறுவதற்கு ஒப்பிடுகிறார். ஒரு சிறிய தவறும் மீண்டும் பல சுற்றுக்கள் சுற்ற வேண்டியதாகி விடும். முதலில் ஒவ்வொரு நாளும்தான் பல நிமிடங்கள் கஷ்டங்களை சரிசெய்யக் கூடிய கடினத்துடன் இருந்து வந்தால் அடுத்த இரண்டு வாரங்களில் நீங்கள் கட்டாயம் கால விரயத்தைத் தடுப்பதற்கான பயிற்சியில் தேறிவிடுப்பீர்கள்.

பூரண இரண்டிசை:

கால விரய செயல்கள் புற்றுதோஷைப் போன்றவை. அவைகள் உற்சாகத்தை வடிக்கடி அதையே வளரச் செய்கிறது. இதற்கான ஒரே சிவிக்ஷை பூரண இரண்டிசையாகும். உங்களைச் சலிப்பனையச் செய்யும் காரியங்களில் உங்களுடைய நேரத்தை வீணாக்குவீர்களானால், அது உங்களை உண்மையான நூறிக்கோளியிருந்து மாற்றி விடுவதோடு மட்டுமில்லாமல் உங்களுடைய சக்தியையே சுழித்து விடும். அவைகளை முடிவாக நீக்கி விடுங்கள். உங்கள் வேலை யோடு தொடர்புடைய சொந்த பழக்க வழக்கங்கள், வழக்கமான வேலை முறைகள் இவைகளுக்கும் இந்த விதி பொருத்தம். உங்களுடைய நியமன காலண்டர்





**மார்வல்-இதம் தரும் தன்மை
காஞ்சிப்பட்டுப் போன்ற வண்ணம்.**

வெண் வண்ணம் போன்ற தன்மை. காஞ்சிப்பட்டுப் போன்ற வண்ணம். இதன் மூலம் தன்மை கிடைக்கிறது. இதன் மூலம் தன்மை கிடைக்கிறது.

Marvel



100% Pure & Natural
100% Pure & Natural

சாதாரண பாடத்திட்டங்களுக்குப் பழம்பாண விளையாட்டுகள், மன்றம் போன்ற செயல்கள், படிக்கும் தரங்களின் வரிசை, டிஜிட்டல் பார்க்கும் விஷயங்கள் முதலியவற்றில் சரியாக இருங்கள். உங்களுக்குத் திருப்தியை தராத விஷயங்கள் ஒவ்வொன்றையும் வெட்டி விடுங்கள்.

பிரதிநிதி:

அதிகாரத்தை மாற்றிக் கொடுக்காததின் பவனை அறிய எப்பிளில் ஒர் உதாரணம் பார்ப்போம். மோஸஸ் தனது மக்களை எகிப்திலிருந்து வெளியே கூட்டிச் சென்றார். இஸ்ரேலில் ஏற்படும் ஒவ்வொரு விவாதத்தையும் தன் மேற்பார்வையிலேயே தலைவிட்டு தீர்த்து வந்தார். ஆனால் அவருடைய மாமனாருக்கு - ஜீத்கு - அது சரியான வழியல்ல எனத் தோன்றியது. முதலில் மக்களுக்கு சட்டங்களைச் சொல்லிக் கொடுத்து, இரண்டாவதாய் நல்ல தலைவர்களை தேர்ந்தெடுத்து எப்போதும் நடக்கும் விவசாயங்களை தீர்க்க அதிகாரமளிக்க வேண்டுமென தீர்மானித்தார். இதன் மூலம் மோஸஸ் முடிவுகளை எடுப்பதற்கு வழிவகை செய்தார். இது இப்போதைக்கு முக்கியமானதொன்று.

நீங்கள் ஒவ்வொருவரும் பொதுச்சபையை சேர்ந்தவராகவோ அல்லது தேசிய தலைவராகவோ ஆகப் போவதில்லை. அதி

காரத்தை மாற்றிக் கொடுக்காத பெற்றோர்கள் தங்களுக்கும் தங்கள் குழந்தைகளுக்கும் கெடுதியையே செய்கிறார்கள். ஒரு எச்சரிக்கை நீங்களோ அல்லது மற்றவரோ விரும்பாத கீழான வேலைகளை மற்றவரிடம் ஒப்படைப்பது பிரதிநிதித்துவம் ஆகாது. அது பங்கு ஒதுக்குதல் என்பதாவிவிடும். சவால் விடும் மற்றும் பரிட்சை கொடுக்கும் கடமைகளை மாற்றிக் கொடுப்பதற்கு கற்றுக் கொள்ளுங்கள். நிறுவனிக்க தேவை யான முடிவுகளை உருவாக்குவதற்கு, உங்களுடைய தேர்தனைச் சேமிக்க அது உதவும். கடந்த காலம் மீட்க முடியாதது; வருங்காலம் என்பது ஒரு மனத் தொற்றமே. பிரிட்டனின் கலை விமரிசகர் ஜான் ரய்கின் தன்னுடைய மேஜையில் 'டு டே' என்ற எழுத்துக்கள் பொறிக்கப்பட்ட சவலைக் கல் லொன் னை வைத்திருப்பாராம். 'இப்போதே செய்' என்று அதற்கு அர்த்தம். அதைவிட சீழ்கண்ட வாசகம் மிகவும் உபயோகமான திரான்று.

"நெற்று என்பது ஒரு ரத்து செய்யப்பட்ட கார்போரைஷன் நான என்பது ஒரு கடன் பத்திரம் இன்று என்பது தேரிடையான பணம், அதை உபயோகிப்புகள்.

— ஜி. முருகவேல்.

ஆதாரம்: ரீடர்ஸ் டைஜஸ்ட்.



GOKULAM

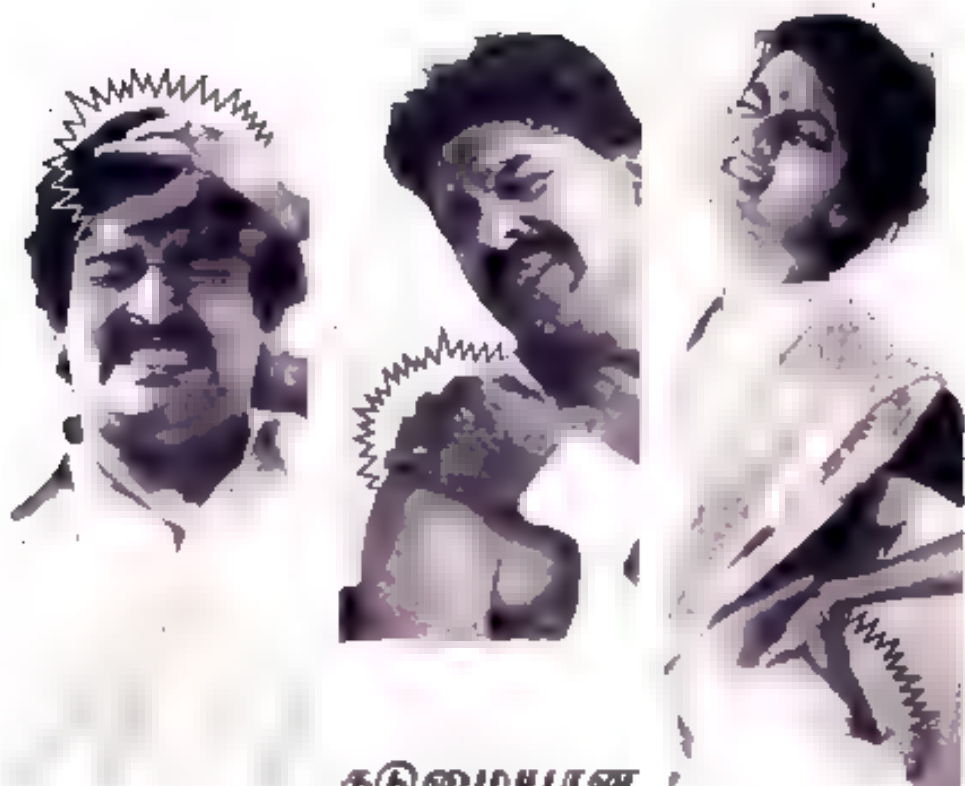
— the favourite children's monthly.

November Highlights :

- Sword from the Netherworld — picture story in colour.
- Ruby : the forgetful little dog
- The Diwali Treat

Annual Subscription : Rs. 36.00 (India)
Overseas : Rs. 270.00 (Air Mail)
Rs. 120.00 (Sea Mail)

For agency and subscription contact :
GOKULAM, Guindy, Madras - 600 032.
Telephone : 434 157, 434 190



**கடுமையான
வலிகளுக்குக் கட்டாயமாகத்
தேவை ஸ்டீர்ரீராங் சிகிச்சை!**

மனம், உயிர் மிகவும் தளவளி, மிகக் கடுமையான உடல் வலி, தீவிரமான தளர்ச்சியுடைய, தொடர்ந்து தொடர்ந்து வரும் கஷ்டக் குவந்துக் அவ்வெய் தேவை அமிர்தாஞ்சன் ஸ்டீர்ரீராங் பாய்.
உங்களுக்கு மிகவும் பழக்கமான அமிர்தாஞ்சனில் அடங்கியுள்ள அதே ஆகப் பொருட்களை அதிக நீரிர் கத்தியுடன் அமிர்தாஞ்சன் ஸ்டீர்ரீராங் உதவன. கடுமையான வலியிலேயும் வேதனையையும் விரைவில் போக்குவதற்காவே ஸ்டீர்ரீராங் உதவ தயாரிக்கப்பட்டுள்ளது அமிர்தாஞ்சன் ஸ்டீர்ரீராங்.

அமிர்தாஞ்சன்



கடுமையான வலியையும்
வேதனையையும் போக்கிட



அமிர்தாஞ்சன் ஸ்டீர்ரீராங்





வழிதாஸ்

நிலையானப் போய் அலங்கரிக்கப் பட்ட வெளிதாட்டுக் காரிக் தஞ்சாவகமாக வாக அமர்ந்திருக்கிறான். பாண்ட் வாங்க மும், நாயனமும் அந்த பிராந்தியத்தையே இரை மழையில் குளிப்பாட்டுகின்றது. காரின் ஒருபுறம் புகழ்மிக்க தொழில் அதிபர்கள், அவர மோதிரத்துடனேயே, பிறத்தது போன்று விரல்களை ஆட்டி, ஆட்டியப் பேசிக் கொள்ளு. மற்றபுறம் பட்டுப் புடைவையக் கடைகளும், நடைக் கடைகளும் காத்து வருவதைப் போய் தாரீமணிகளின் கூட்டம். ஒன்றிரண்டு பேரைத் தவிர மற்றவர்களின் கத்தல் அவர்களுக்கு டாடா காண்பித்து விட்டு, பிழைப் பார்வரின் கடைகளில் சரணடைந்து விட்டன.

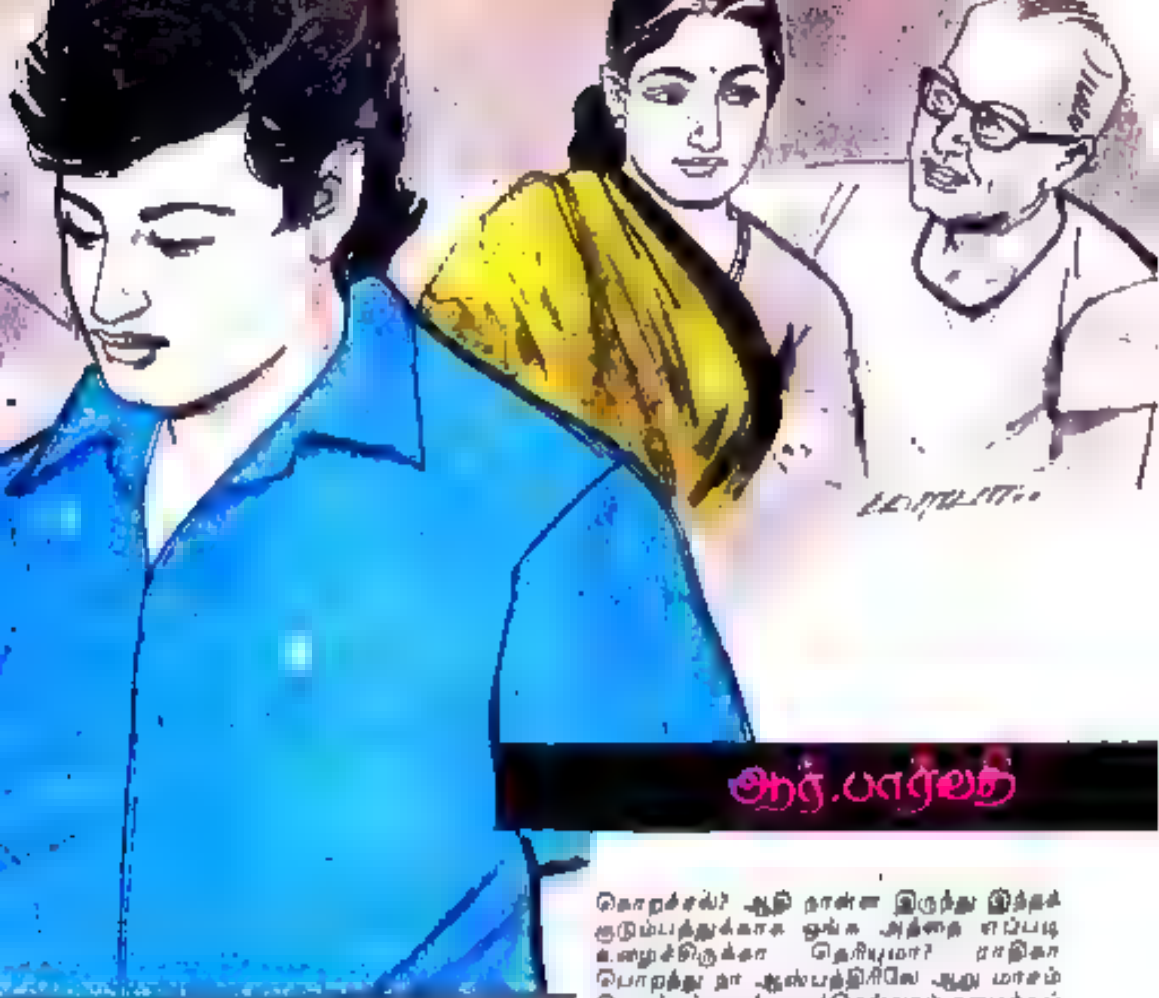
சாவம் பூசாத உதடுகளை இவ்வையெனலாம். இப்பொழுதுதான் லண்டனில் இருந்து வந்ததைப் போய் துணி நாக்மில் ஆய்வினம்.

அவர்கள் தங்கள் வீட்டு செயலப் பிராணியான டாபியையும், ரோணியையும் பெருமை அடித்துக் கொண்டாட்சென தவிர,

தங்களுடைய சர்க்கரை விவாதிப் படைத்த மாமிசாரையோ, சத்த அழுத்தம் உள்ள மாமனாரையோ பற்றியோ அங்கு, பேச்சு எழவில்லை.

இவர்களுக்குத் தெரிந்தும் ஒவ்வாத வகையில் ஓர் ஓரத்தில் ஒரு இழை சரிவை போட்ட பட்டுப் புடைவையை இருந்துப் போர்த்திக் கொண்டு தன் தாய், தொழிலிடம் இரவுக் கால்கள் புடைவையில் தங்கை ராடுகா. ஆடம்பரத்தை என்றமே விரும்பாத அவருக்குப் புடைவையில், பாலியல் டர் ஓர்ட்டும். இவ்விதி செய்த பாண்ட்மாய் தம்பி மணி, எவ்வ புதிய வேஷ்டியில் அப்பா, இவர்களைப் பார்த்தவாகவுக்கு என்னவோ போய் இருந்தது. பாசம் ஒரு நிமிடம் உன்னை நனைத்தாலும் மறுநிமிடம் கதாரித்துக் கொண்டான்.

தாத்தா, அப்பா இவர்கள் நனைக்கு சொத்து எதுவும் வைக்காவிட்டாலும், பரம்பரைவாக வந்த சத்த நிரத்தையும், அபரி மிதமான ஆழமையும் தனக்குக் கொடுத்ததை என்னி ஆனந்தப்பட்டான். பிகுத்தா



சுரு.பா.ரவத்

கொல்வாப்பா "வாடகை மடமா? மகன்களை எப்படி விரைப்பது என்றே தெரியவில்லை. எல்லாவற்றுக்கும் மேலான உங்கள் பிழைப்பு உங்கள் துன்பம் துன்பம் துன்பம்" என்று.

மாப்பிள்ளை அழைப்பு வரவில்லை முடிந்து, வாக கல்வாண மண்டபத்தில் வாசலில் இறங்குகிறான். வீடியோ காமிராக்களின் ஒளிவாய்ந்த விளக்குகளும், பனாவு காமிராக்களும் வாகனத்தின் அடிக்கின்றன.

ஒருமுறை பாங்க் பரிகார எழுத போட்டோ எடுக்க பணம் இல்லாமல் அம்மாவின் காலத்தில் தோட்டை அடகு வைத்து பணம் வாங்கியது நினைவுக்கு வந்தது வாக வுக்கு.

மறுதான் முப்பத்து முக்கோடி தேவர் கூறும் ஆசீர்வதிக்க, பிஞ்சுநா வாகவின் பத்தினிபாணாள்.

முதல் இரவு அன்றக்குள் புருந்த வாக ஒருகணம் திக்குமுக்காடிப் போனான். ஒருவேளை சினிமா வரட்டில் நடக்கும் இடத்திற்கு வந்து விட்டோமா என்று நினைத்தான். மெல்ல மெத்தைதலில் அமர்வான். அவன் நினைவு மூன்று மாதம் முன்பு நடந்ததை நினைக்கிறது.

"ஏன்டா வாகி அல்லமுக்கு என்றுடா

கொறச்சல்? ஆதி நான் இருந்து இந்தக் குடும்பத்துக்காக ஒங்க அதனை எப்படி உழைச்சிருக்கா தெரியுமா? ராஜிகா பொறத்து நா ஆல்பத்திரிலே ஆறு மாதம் கெடத்தப்ப ஒங்களுக்கெல்லாம் சமைக்கப் போட்டு. குழந்தையைப் பார்த்துண்டு, ஆல்பத்திரிலே வந்து எம்மையும் கவலிக்கண்டு ராத்திரிக்கம் இல்லாம ஒடாததென்றானே. கடடி விழுந்து தேரை மாதிரி இருந்த ஒன்னை கொட்டாப்புகரியா ஆக்கினானே, அது தெரியுமா ஒனக்கு? வாத்தியார் உத் யோகத்திலே ஒங்கப்பா கொண்டு வர கொஞ்சம் பணத்துலே, கொல்லையிலே இருக்கற வாழைத்தண்டையும், திரைத் தண்டையும் சமைக்கப் போட்டு. இந்தக் குடும்ப கௌரவம் காத்து எல்லாரையும் ஆளாக்கினானே அத தெனக்கிரபாடா? குடும்பம் இருக்கற நெலமையே அப்பாவும் ரிட்டையர் ஆகியிருக்கற இந்த சமயத்திலே உன் தங்கை ராஜிகாவுக்குக் கல்யாணம் பண்ணறா, இவ்வே ஒன்னையே ஆம்படையானா நெனச்சிண்டு கெளுணை பண்ணினானே அவளு, அவளுக்கு கல்யாணம் பண்ணறா?

திண்ண வயதிலே ஆம்படையானைப் பறி கொடுத்த விட்டு, கைக்குழந்தையோட, அண்ணாவே கதினனு வந்தானே ஒங்க அதனை, அவளுக்கு என்னடா பதில் சொல்லப் போறே? தாவி விற கொடியைத் தவிக்க விடாதேடா" என்று உணர்ச்சி மெயிட்டால் அம்மா மூச்சு வாங்க கத்துகிறான்.

"ஏம்மா, அதுக்காக அல்லமுணைக் கல்

யானம் பண்ணிட்டு, ஐயக் பூராய்ச்
சோக தண்ணையும், யானைத் தண்ணையும்
தெய்தச் சொல்லிய 12 எண்ணெய் புத்திகாமித்
தெய்தியதாய், அழுதாயும் பார்த்துப் பி.
அதிர்ஷ்டம் என்று கைத் தேடி வரும் போது
முடிக்கப்பட்ட போது பிப்பாக்கிறேனா? அது
தான் பிறுத்தாவோட அப்பா ருணிய லட்சம்
வாது கணவியாக 241 திக்கிறேன் தோம்
றாறோ. அதுவா அது சொந்த பித்தக்குப்
கல்யாணம் பண்ணிட்டு, பித்தம் பணத்தாக
பாக்கிவிட வேண்டுமென்றா, அதுவா கல்
யாணம் பணத்தாவோ தீங்க வல்லோரும்,
நீங்கமெனா ஐயக் பூர சக்கரத்து சாப
பிப்பாறோ" என்றான்.

"என்னடா, என்ன சொன்னே? ஒனக்கு
தாதுமே தங்க சத்தம் வந்துறும்னு, பச்சை
மாவன்னிக் கிழங்கை சாப்பிட்டுத் தீங்க வக்க
பாக்கக் கொடுத்த வளர்த்தேன். 1. அதுக்கு
பாத்தம் பகுப்பைக் காட்டி தன் மாயை 19
சென்னை விண்ணோரோடு வேண்டாண்டா.
முத்து லட்சம் இல்லே, முப்பது கோடி
கொடுத்தாலும், அவராக ஒரு வாகனம்
சுருளக்க முடியுமா?"

நாங்க எங்க சத்திக்கு ஏத்த மாநிதி, நாதி
காய்க்கும், அவருவுக்கும் இரண்டாத்
தாரமோ, முன்றாத்தாரமோ பாத்து, கல்
யானம் பண்ணிக் குடுத்துட்டு, கொய்வையே
இருக்கற வரணைத் தண்ணைச் சாப்பிட்டே
சொச்சு காலத்தைத் தள்ளோம். அது 'காக
ஒண்ணை வேலைபேச வேண்டாமனு ஒங்க
மாமனாரிடமிட சொல்லு."

இதுவரை எல்லாவற்றையும் கேட்டுக்
கொண்டிருந்த அவரு மெல்லிய குரலில்
"அந்தை, ஒரு நிமிஷம் இருந்த" என்று
அடக்கிவிட்டு வாகனம் போக்கி, "தீங்க ஒங்க
இஷ்டப் படியே பித்தத்தைக் கல்யாணம்
பண்ணிக்கங்க, என்ன தீங்க கல்யாணம்
பண்ணிப்பீங்கன்னு தெனக்க, நாமோ,
எங்க அம்மாவோ இந்த வீட்டுக்கு கழைக்
கல்மே. இனி மேலும் நாங்க பழைய உற
வோட ஆதிபொன்மமாத்தான் இருப்போம்.
மாமி பேசினதெல்லாம் மனசில வெக்கக்
காணீங்க" என்று சொல்லி விட்டு விடுவிடு
வென கொய்வைப்புறம் போய்விட்டான்.

"என்ன புயர் என்ன யோசனை?"
பஞ்சக் கைகள் வாகனின் கண்ணத்தை
கப்பிசித்தன. வாகனின் கைகள் பித்தத்தை
அணைத்தன.

மறுநாள் காலை 10 மணி, கடந்து சாதக்
கூன் ஸவத்தாறற்று, "வாக, எங்களை
மறந்துடாதேப்பா, நேரம் கெடச்சா பித்த
தானவையும் அழைச்சிண்டு வா, இல்லென்ன
எங்களைத் தெனக்கக்கோ" மேலே பேச
முடியாதபடி துக்கம் தொண்டை அடா, க்க
புடைவைத் தலைப்பால் கண்ணைத்
துடைத்துக் கொள்கிறான்.

"வாக, இத்தனை வரணத்திலே ஒண்ணைப்
பித்தத்தே இல்லாமல் இனிமே எப்படி இருக்
கப் போறோமோ" என்று வாகனின் கைகள்
தன் கைக்குள் ஸவத்துக் கொள்கிறார்
அப்பா.

அந்தக் கை ஆவிரம் கைத் தொல்லுறெது,
பெண்ணை பூக்கத்தில் விடுவது போல்
பிண்ணனை விடுகிறேனே என்று நினைக்
கிறது.

அப்பா, அம்மா கொஞ்சம் இருக்கோ,
பித்தத்தை அழைச்சிண்டு வந்து நாங்க
தமக்காரப் பண்ணோம்" என்று வாக
கொய்கைக் கொண்டிருக்கும் போதே "புயர்,
எங்கே போய்விட்டங்க? டாடி கங்களுக்குக்க
காத்திண்டிருக்கார், வாகக்கோ" என்று
வாகனில் ஒரு கைகள் பவவத்தமாக
இழக்க, வாகனில் மற்றொரு கை அவனு
டைய அப்பாவிடமிருந்து திரத்தமாகப்
பிச்சுக்கப் பட்டது.

வெளிநாடுகளில் தேவியை முடித்து
இத்தியா வந்தாறற்று, "பித்தா, இன்னிக்கு
அப்பா, அம்மாவைப் பார்த்துட்டு வரலாம்
வாலா?" என்றான் வாக.

"இன்னிக்கு நங்க தான், ஆயிரம் சார்து
எடுத்துக்கணும்னு டாடி சொல்லிட்டார்,
சரி, சாப்பி, வாங்கோ" வாக ஸடனில்
டேபிளில் முன் அமர்த்தான், எத்தனை
வகைவகை சண்டைகள்! வாகவாக்கோ
அகாநப் பதி, இரண்டு கக்கா தொட்டியும்,
செறையையும் போட்டான் பித்தா, "என்ன
அப்படி பாக்கங்க, கருணைக் கிழங்கு சாப்
பிட்டாங்க தொத்தி லிழும், வெய் வேண்டாம்,
கொலண்டரால் வரும், நவீர் மத்தம் இது
தான் தங்கம்" என்றால் அவன் 'தேமோ'
என்று சாப்பிட்டவுடன் ஒரு டம்ளர் மேர்
கொடுத்தான், சமையற்காரனைப் பார்த்து,
"இவருக்கு இந்த மாநிதி தினமும் கொடுங்க,
ஒரு நாளைப் போல என்னாவ பரிமாற
முடியுமா..." என்று சொல்லி விட்டுப்
போய் விட்டான்.

அங்கே கைத்தண்டைப் பறித்தான்.
இங்கே ஸடனில் டேபிள் மேல் கை,
அங்கே நெய் வாய்க் கசுதி இயைவை, இங்கே
இருந்தும் சாப்பி, வுறிதில்லை.

அவருவின் வந்தக் குழம்பும், பகுப்பத்
துவையாலும், கட்ட அப்பனாலும், தார்த்தக்
காய் ஸையாகவும், எல்லாவற்றுக்கும் மேலாக
அவன் அருகிலிருந்து, கண்ணில் எதிர்
காலக் கைகளில் தேக்க, இரண்டு வயிறு
கொள்ளும் அனது சண்டைப் படைக்கும்
பாங்கு! பரி எடுத்தாய் சமையல் அன்றை
விரிக்கும் தேக்காய் ருடினயக் கிரீத்
தின்னும் கத்திரும்.

இவையெல்லாம் இனி தினைத்து என்ன
பலன்? காலம் கடத்த ஞானோதயம், வாக
விஸ்வயோக கட்டாரத்து கொண்டிருத்தான்,
புது மாப்பிண்ணைக்கு என்ன ஆவிர்து என்று
புரையாமல் விழித்தார் சமையற்காரர்.

அட்டை வண்ணப்படம்:

ஏ. வி. பாஸ்கர்.

அட்டையில்: கங்கிதா

இதைப்போல் எங்கும் இல்லை

ஸ்வென்ஸர்ஸ்
சூப்பர் மார்க்கெட்

769, அண்ணா சாலை, சென்னை-600 002
போன்: 863611 & 867272

தகரத்திலேயே ஒரே இடத்தில்
எல்லாம் வாங்க சிறப்பான
விற்பனை மையம்

பீங்கான்/
பிளாஸ்டிக்
சாமான்கள்

அலங்கார
விளக்குகள்

தோல் பொருட்கள்/
காலணிகள்

ஆடைகள்/ஜவுளிகள்

போட்டோ சாதனங்கள்

சமையல் சாதனங்கள்

ஐஸ்கிரீம்கள்

வாட்டர் ஹீட்டர்

குளுகுளு சாதனங்கள்

படுக்கை
விரிப்புகள்/
டவல்கள்

அலங்கார
சாதனங்கள்

பொம்மைகள்/
பேன்ஸி பொருட்கள்

வினையாட்டு பொருட்கள்

கைவினைப் பொருட்கள்

பணியாடிகள்/கேக்குகள்

செடி வனகைகள்

பன்னிச்சர்

புத்தகங்கள்

வெள்ளி/தங்க தகைகள்

குளுகுளு பெட்டிகள்



இலவச கார் பார்க்கிங் வசதி உண்டு.

FAME/5/1425 TAM A

பேரு ஐந்துபாசமான கணவர்



தேர் ஸ்போர்ட்ஸ்களில் பணிபுரியும். என்னைவருக்கு 2 1/2 மணி டீயுட் இருக்கும். செல்ல வேண்டும். என்றால் 5 மணிக்குக் கொண்டு வரவேண்டும். தான் ரெடியாகி டீயுட்டிற்கு செல்ல இவ்வளவு நேரம் வேண்டுமா என்று? அப்படி ஒன்றும் இல்லை. ஆனால் காலையிலேயே கையில் துணி எடுத்துக் கொண்டு டீ.வி. பேடியோனில் தொங்கி சிப்ஸ்சீசர்ஸ், சையல் மெக்சின் என்று தொடர்ந்து சைக்கிள் களினிங் என்று களினிங் பரேடு முடிவுறும். பிறகு படுக்கைகளைச் சுத்தி படுக்கை சரி பண்ணுவதில்.

“தீங்கம் ரெடியாகி டீயுட்டிற்கு போங்கனோன். இதெல்லாம் நான் கவனித்துக் கொள்ள மாட்டேனா?” என்று நான் எத்தனை சொன்னாலும் இந்த வேலைகளையெல்லாம் தினமும் தானே தன் கையால் செய்தால்தான் திருப்தி மனைவிக் கு உதவி செய்து அவருக்கு.

ராஜாவத்தின் ஒழுங்கு அவரது ஒவ்வொரு செயலிலும் தென்படும். ஆலடிவில் நாங்கள் இருக்கும் பொழுது எனது அப்பா வீட்டிற்கு வந்திருந்தார்கள். மத்தியானம் 2 1/2 மணி. டீயுட்டி முடிந்து வீட்டு அப்பொழுதுதான் உன்னேது என்று தான் கணவர். 3 நிமிடங்களில் ரெடியாகி டைனிங் டேபிளின் முன் வந்து உட்கார்த்து விட்டார். அப்பாவுக்கு ஆச்சரியமான ஆச்சரியம்.

“என்னம்மா மாப்பிள்ளை இப்பொழுதுதான் யூனிஃபார்மில் வந்தார்கள். பெட்ரூமில் நுழைந்த மாதிரி இருந்தது. இப்பொழுது பார்த்தால் பனிக் சென்ற முகத்துடன் படிய வாரிய தலை உடல், சலுகை காலையில் உட்கார்த்து விட்டார்கள். யூனிஃபார்ம் மறைந்த இடமே தெரியவில்லையே” என புகழ்ந்தார்கள்.

ஆமாம். யூனிஃபார்ம் நேருக்கரில் மாட்டி கப்போர்ட்டில் தொங்கும். கேப் வைக்க வேண்டிய இடத்தில். பெய்ட் தொங்க வேண்டிய இடத்தில். ஷரக்கள் ஷரி ஸ்டாண்ட்டில் இடம் பிடித்துக் கொள்ளும். ஸாக்ஸ், கிரீப், பனியன்,

ஜட்டி, பாத்தூயில் போட்பில் னாலும், எல்லாவற்றிலும் ஒரு ஒழுங்கு.

அவரது சுத்தம் ஒழுங்கை பார்த்துத் தான் நானும் கற்றுக் கொண்டேனோ என்னவோ! அதிக நாகரிகமில்லாத கிராமத்தில் பிறந்து, வளர்ந்த என்னால் ‘ஸ்போர்ட்ஸ் ஸைஃப்ஸ் வெல்ஃப்ரே’ அலோஸியேஷன்’ நடத்திய பிறந்த வீட்டிற்கான போட்டியில் 3000 ரூபாய்க்குப் புகள் கொண்ட இடத்தில் பஸ்ட் பிளாஸ் பெற முடிந்தது.

பெண்கள் என்றாலே இரண்டாம் தரம் எனக் கருதும் அநேக ஆண்கள் மத்தியில் பெண்ணமை தயார்த்திப் பேசுபவர் இவர். என்னிடம் அடிக்கடி சொல்லார். “பெண்களுக்கு பெண்களேதான் மர எதிரிகள். மாரியார் கொடுமை, நாத்தனார் கொடுமை என்று தான் கேள்விப்பட்டிருக்கிறோமே தவிர, மாமனார் கொடுமை, மச்சினர் கொடுமை என்று கேள்விப்பட்டிருக்கிறாயா?” என்பார்.

“அப்பா என்னால் இந்தக் காரியம் செய்ய முடியாது” என்று மகள் பின்வாங்கும் போது, ஏனம்மா முடியாது பெண்களால் முடியாத காரியம் என்று ஒன்று உண்டா? மனோரத்திரியந்தான் வேண்டும்” என்று மகளை கதறாகப்படுத்துவார். அதனால்தான் ஆண்பிள்ளை ஆண்பிள்ளை என்று அடித்துக் கொள்ளும் இந்த உலகத்தில் முதல் பெண் பிறந்ததும், போதும் இந்த ஒரு குழந்தை. இதுவே இந்த நாட்டுக்கு நாம் செய்யும் சேவை” என்று ஒரே பெண்ணோடு குழந்தைக்கு முற்றுப் புள்ளி வைத்து விட்டார்.

அதனால்தாவோ என்னவோ எனக்கு மத்தியானம் 2 1/2 மணி காய்பிரிங் 44 டிகிரி வெயிலில் கணவர் டீயுட்டி முடிந்து வரும் போது கிரித்த முகமும், தில்லென்ற தண்ணீருமாக, ஓடி ஓடி பணிவிடை. செய்ய ஆவல் உண்டாகிறது. ஆம் ஆண்கள் பெண்ணமை யதிக்ரம் போது அங்கே தன்னையத்தானே பெண்களால் ஆண்மை உயர்த்தப்படுகிறது அல்லவா?

தீபாவளி

ஸ்வபஷ்டம்



இதற்கு எவ்வளவு சரீக்கரை?

தீபாவளி என்றால், புதுத்துணி, பட்டாசு, தின்பண்டங்கள் தானே! தின்பண்டங்களில் பாதிக்கு மேல் இனிப்பு.

இனிப்புத் தின்பண்டங்கள் செய்யும் பொழுது, இதற்கு எவ்வளவு சரீக்கரை போட வேண்டும் என்ற சந்தேகம் எழுவதில்லைவா?

உம் அம்மா, பாட்டியமார்கள் எல்லாவற்றிற்கும் கண்ணாடி, கண்ணாடி என்று போட்டுத்தான் செய்கிறார்கள்.

ஆனால் தாம்பிலுஞ் சாறு யுக்காரர்கள், நமக்கு எல்லாவற்றையும் அளந்து, திறந்து செய்துத்தான் சரீக்கையும், மேஜையும் அடிக்கடி செய்யாத பட்டாசுக்களுக்குப் பழக்கம் அனுபவம் தொடங்காது. சரீக்கை அளவு தெரிய வேண்டியது அவசியமாகிறது.

தின்பண்டங்களுக்கு, தெய்வம் திறைவைத்துக் கொண்டு, தெய்வமானதைச் சேர்த்துக் கொள்ளலாம், சரீக்கையை அப்படிச் செய்ய முடியாது. முறையிலே சரீக்கை வேண்டிய வகுவிந்து, எனவே அளந்து போடுங்கள், அருமைப்பாடு அமையும்.

FMV

பட்டியல்

1. பாதுஷா	2 கப் ஸைதா	1 கப் சர்க்கரை.
2. திரட்டுப்பாம்பு	8 கப் பாம்பு	1 கப் சர்க்கரை
3. குலாப் ஜாழஸ்	1 கப் கோவா	3 கப் சர்க்கரை.
4. பாதாம் பருப்பு கேக் முத்திரிப் பருப்பு கேக்	1 கப் பருப்பு	2 கப் சர்க்கரை.
5. மோகன் தாய் ஸமூர் பாகு	1 கப் கடலை மடிவு.	2 கப் சர்க்கரை.
6. பாதாம், முத்திரிப் பருப்பு ஹல்வா	1 கப் பருப்பு.	1½ கப் சர்க்கரை.
7. காரட் ஹல்வா	2 கப் துருவல்	1 கப் சர்க்கரை.
8. காசி ஹல்வா (பூஷணிக்காய்)	3 கப் துருவல்	(அக்வது 1 கப் வெல்லம்) 1 கப் சர்க்கரை.
9. தேங்காய் பரிசி	1 கப் துருவல்	1 கப் சர்க்கரை.
10. ரவா வாகு	1 கப் ரவா.	1 கப் சர்க்கரை.
11. பஸத்தம் வாகு கடலைப் பருப்பு வாகு	1 கப் பருப்பு	1 கப் சர்க்கரை.
12. பூந்தி வாகு	2 கப் கடலை மடிவு.	3 கப் சர்க்கரை
13. உக்காரை	1 கப் கடலைப் பருப்பு.	1 கப் சர்க்கரை (அக்வது 1 கப் வெல்லம்)
14. போனி	1 கப் கடலைப் பருப்பு	1½ கப் சர்க்கரை.
15. நிலக்கடலை உருண்டை	4 கப் பருப்பு	1½ கப் வெல்லம்.
16. அப்பம், அதிரசம். சர்க்கரைப் பொங்கல்	1 கப் அரிசி	1 கப் வெல்லம்.

— ஜெயா

போவனித் தரிசமங்கள்

பல பெண்களுக்குத் போவனி ஸ்லீடில் செய்யும் போது காலை வாரும். வாரியானை நிமிர்த்தி தேராகத் செய்யச் சில யோசனை! தரிசம யோசனைகள் இதோ. தேங்காய் பரிசி செய்யும் போது 'தளதள' வென்று கொதிக்கும் போது சிறிது கடலை மாவைத் தூவினால் ஹினரலில் 'கட்டி' போடும் பதம் வரும்.

சரி! முறுகியே விட்டது என்ன செய்யலாம்! கலசலின்னி அரை தம்ளர் பசலில் ஊற விடவும். ஊறிய பிறகு மறுபடி ஊறவும். தேராக வந்துவிடும்.



இலலத்தினுள்ளே இயற்கையின் இலலாக



வேரோடு கலிக்ஷன்
பாம்பே டையிங்

தேவ்வாறு தினம் கழிந்துவிட்டது
இவ்வாறு திடமான
சாதனம் இதோ...



நிதமானது, திவ்வைய தேவைய
கின்பு போன்ற உறுதியானது.
குறிப்பாக, ஸூட்டுத்தகமாய்
காண்கககி அகர்த்தகம்
கல்ககம் வேண்டிய தென்னி
நிய கல்ககிய தேவகககக
கல்க உறுதியானது.

கட்சிதயாராகது. எங்கேதான் சனநாயகமுறை சொசைலிப்திகத்தைக் கவனத்தில் கொண்டு வருவதாயிற்று.

தொடர்ந்துதற்போம் 45 விடம்
யகர் ஓடக்கூடிய கனரக
மோட்டர்கள் போனது. கோடு
அறிமுகமும் போது நான்கு
கொண்டிட்ட உருபு பெயர்
அமைப்பு உடையது. திரை
மோட்டர்கள் திறப்பு போகதான்
அருகும் அறிவிக்கும்போது
உடனடி போகதான் அவை
காரிக்கு போகதான் கிரே
கனரகம் கிளப்பி கனரகம்
புரியிட்டு உடனடி. உடனடி
தெய்வதிறம், உடனடி கிளப்பி
உடனடி.

[illegible][illegible]

மாட்டா, நான் சொன்னதை மீட்டர்-
கிளாஸ்கள், அங்காடிகள்,
தூதிகள், செல்லுதல், பரிசுதல்,
கொடுதல், கீழ்த்தல், கடைதல்,
கவனத்தல், அங்காடல்-
என்றெல்லாம் அப்படி செய்து
நாளை நாயாந் உலகத்தை
உறுதியாக உலகப்படுத்தி
இந்தப் பூமியை, 100%
மேலான நிலம் இயக்கி
உத்தரவாதம்-தருகிறேன்
என்கிறேன் பண்டிதர்.

OUTLINE

ജൈവശാസ്ത്രപരമായ ഭരണ

www.aznava.com

நாநாக்கிரிதல் குறாட் குறாள்

மெட் என்டி என்டி மீட்டிங்-தீர்மானங்கள்

APPLICCO

Sole Distributors for South India:

APPLCO, 7, Conatogh Road, Teynampet, Madras - 600 018. Ph: 459637

Branches at: • Bangalore Ph: 572990 • Hyderabad Ph: 552712 • Emakulam Ph: 361388

ஈமஞ்சீர்பாருநன்றாகவரச்சின்ன வேலை. சர்க்கரைப் பாகில் 2 கரண்டி நெய் விடவும். பிறகு மாணவப் போட்டாவை மாவு பொறித்து மணமாக வரும்.

செங்கல் மாநிசி ஆகிவிட்டதா? ஏன் கவலை. ஆறியதை எடுத்து மிக்ஸரில் அடி யுங்கள். வறுத்த நைவையைப் பவுடராகத் துக் கள். 50 கிராம் முந்திரி வுங்கி தெய்வில் வறுத்து மிக்ஸரில் அடியுங்கள். இப்பொழுது வட்டு பிடியுங்கள். ஏலக்காய் தூள் போடவும். இந்த வட்டு பிரமாதமாக இருக் கும்! அதற்காக ஈமஞ்சீர்பாகை கவையின் நி செங்கல் ஆக்க வேண்டாமே!

வேண்டினால் போட்டாவதான் சை முறுத்த நன்றாகவரும் என்பதில்லை. பவத் தம் பருப்பை வேக வைத்து மிதித்துப் போட்டுமாணவப் பிண்டையுங்கள். நெய்கொஞ் சம் சேர்த்தால் போதுமே!

பாதுஷா துள்களை என்ன செய்ய லாம்! பரிவசத்தில் போடலாமே!

தேங்காய் எண்ணெய். தண்ணீர் ஆசா மாக நினைத்துக் கொள்ளும். எத்த எண் ணெய்யுடன் இதைச் சேர்த்தாலும் பொங்கும் (ஆத்திரமாக!) எனவே எத்த எண்ணெ யுடனும் இதைச் சேர்க்க வேண்டாம்.

ரவா சேரி கூட சர்க்கரை அதிகமாகி விட்டால் 'பிக் பிக்' செய்து இழக்கும். கவையின் நி கொஞ்சம் தெய்வில் மைதா மாணவப் பொறித்துப் போடவும். இறுதி விரும்.

— எம்ஸாகர்.

புதுவகையான தீபாவளி ம்பெருல் ஸ்லீட்சன்:

காரட் தேங்காய் கேக்:

தேவையான பொருட்கள்:

தேங்காய்த் துருவல் - 1 கப்.
காரட் துருவல் - 1 கப்.
'கடலை மாவு - 1 கப்.
சர்க்கரை - 4 கப்.
முழு முந்திரிப் பருப்பு - 8.
நெய் - கால் கப்.
ஏலக்காய் - 5.
பால் - 1 கப்.

செய்முறை:

தேங்காய்த் துருவல், காரட் துருவல், கற வைத்த முந்திரி எல்லாவற்றையும் மூக்கால் கப் பால் ஸ்டீடு மிக்ஸரில் நன்றாக மிசை அரைக்கவும். அரைத்த விழுநிலை சர்க்கரை, கடலை மாவு, எல்லாமாகக் கலத்து, கடரில் போட்டு ஒன்றாகக் கலத்து, சண்டையான காளில் வைக்கவும். அடிபிடிக்காமல் கிளறிக் கொண்டு வரவேண்டும். நன்றாகத் திரண்டு வரும்பொழுது ஏலக்காய்ப் பொடி



துணி கால் கப் தெய்வீட்டுக் கிளறி தாம்பா னத்தில் கொட்டி, வில்லைகள் போடவும். இந்த அளவிற்குச் சாதாரணமாக 25 வில்லைகள் காணும். மிகவும் குவிவாகவும், புதுமைவாகவும் இருக்கும்.

— ஜி. வசந்தி.

தினச் பசல் போளி

தேவையான பொருட்கள்:

ரவை - 1 தம்ளர்.
ஆயவரி - 50 கிராம்.
தண்ணீர் - 7 தம்ளர்.
தேவையான பொது பொரித்தெடுக்கத் தேவையானவைகள்:
பால்,
சர்க்கரை,
ஏலக்காய்,
பச்சை கற்பூரம்,
திராட்சை,
முந்திரிப் பருப்பு.



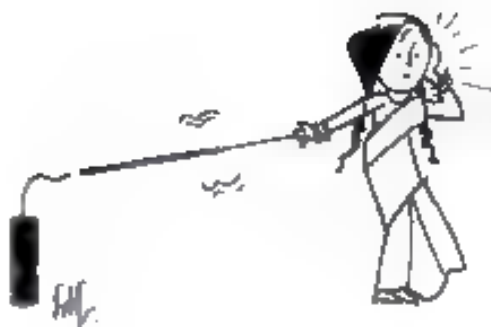
செய்முறை:

வாயகன்ற பாத்திரத்தில் முதலில் ஒரு தண்ணீர் தண்ணீர் ஊற்றி அதில் ஐயுயிரினைப் போட்டு நன்றாக வேக விடவும். பிறகு மீதி ஆறு தண்ணீரை ஊற்றி அதைக் கொதிக்கும் போது ரணையை அதில் கொட்டி நன்றாகக் கட்டி இவ்வாயில் கிளறவும். நன்றாக ஆறியவுடன் பாலிதின் பேப்பரில் சிறிய கரண்டியால் வட்டமாக எடுத்து ஊற்றி வெளியில் காயவைக்கவும். நன்றாகக் காய்த்தவுடன் டப்பாவில் போட்டு மூடி வைக்கவும். இதே திறரென்று கிருத்தாளிகள் வந்துவிட்டால் பாலில் சர்க்கரை வைப்போட்டு நன்றாகக் காய்ச்சி அதில் பச்சை கற்பூரம், குங்குமப்பூ, ஏலக்காய், முந்திரிப் பருப்பு, திராட்சை இவற்றைப் போட்டு வைக்கவும். டாஸ்டாவை அடுப்பில் வைத்து அதில் தேவையான ரவை வற்றல் களைப் போட்டுப் பொரித்துப் பாலில் போட்டு விடவும். இது மிகவும் கையவாக இருக்கும். கலப்படமாகச் செய்யக் கூடியது.

— பூமா கிருஷ்ணன்.

வெஜிடேபிள் பாண் கேக்

கார்ப்பினார் - 1 பெரிய கரண்டி,
மைதா - அரை பெரிய கரண்டி,
கரூன் ரவை - அரை பெரிய கரண்டி,
பால் - 1 லிட்டர்,
வெண்ணெய் - 1 டேபிள் ஸ்பூன்.



செய்முறை:

பாலை கார்ப்பினார், மைதா, ரவை, வெண்ணெய், கொஞ்சம் உப்பு, கால் ஸ்பூன் சர்க்கரை சேர்த்துக் கரைக்கவும். அடுப்பைப் திறைமாக எரி வைக்கவும். கன்மான பாத்திரத்தில் இக்கலையை வைத்து ஒரே ஒரு மூறை கொதிக்க வைத்து உடனே இதற்கு வேறொரு பாத்திரத்தில் ஊற்றி மூடி வைக்கவும்.

தேவையான பொருட்கள்:

பட்டாணி - 1 கரண்டி,
கேரட் - 1 கரண்டி,
உருளைக்கிழங்கு - 2,
கொத்துமல்லித்தழை - 1 பிடி,
வெங்காயம் - 3 (பொடியாக அரிந்தது),
பச்சை மிளகாய் - 5.

செய்முறை:

அத்தனையையும் வேக வைத்துத் தேவை யான உப்பு சேர்த்து ஒன்றாக்கிக் கொள்ளவும்.

தோசைக்கடலில் கரைத்த மாணைப் பாதி ஊற்றி, தோசை போல் வேக வைக்கவும். தேய் (அ) வெண்ணெய் போடவும். மற்றொரு பாதி மாணையும் இதேபோல் செய்யவும்.

ஒரு தோசை மெல் தயாரித்துக் காய்கறிக் கலையைப் போட்டுப் பரவலாகப் பரப்பவும்.

இன்னொரு தோசையைக் காய்கறிக் கலையை மூடும்படி போட்டுக் கத்திரை அழுத்தி விடவும். இதுவே பாண் கேக்குவ ன்னை கேக் பாத்திரத்தில் வெண்ணெய் தடவி பாண் கேக் எடுத்து வைக்கவும். மேலே தோசைத் தேய் தடவவும். 350° குட்டில் 'பேக்' செய்யவும். சிறு பாண் கேக்கும் தயா ரிக்கலாம்.

ஆறியதும் கரரை கத்திரையால் வெட்டி, தக்காளி சாஸ் சட்னியுடன் பரிமாறவும்.

— குரேமா நாய்.

உங்கள் கூந்தல் தைலம்...



- * கூத்தலுக்கும் பாதுகாப்பு அளிக்கிறதா?
- * கூத்தலைக் கடுமையாக வளரச் செய்கிறதா?
- * கூத்தல் உதிர்வதை தடுக்கிறதா?
- * இவற்றை, பொருகு ஆபவஸ்தை அகத்துகிறதா?

எல்லாக் கேள்விகளுக்கும்
ஒரே பதில்: ஆம்!
அளிப்பது : டாம்ப்கால்!

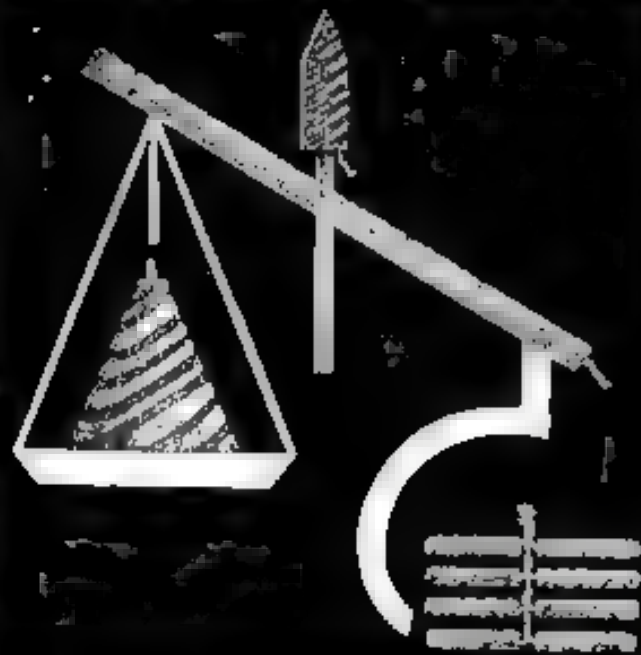
டாம்ப்கால் மூலிகைக் கூத்தல் தைலம் செய்பருத்தி, மருதாணி, சிறுநெல்வி, பொருதலை உட்பட 82 மூலிகைகளில் சாது, தேய்வாய் எண்ணெய், ஆலிவ் எண்ணெய் கொண்டு இயற்கை முறையில் தயாரிக்கப்படுகிறது.



டாம்ப்கால்

மூலிகைக்கூந்தல் தைலம்

உங்களுடன் பாம்பே டையிங்... தீபாவளி நாளில்..



வண்ணிநிலைய வாட்சியாக தீப ஒளிகள், பாம்பே டையிங் மகிழ்ச்சி வளம்வர வேறுபேரவை. நா விருப்புந் தல் இனிப்புந், நாசி மகிழ்ச்சி இனிம மணம்.... அத்துடன் தீபாவளி கொண்டாட்டம் பாம்பே டையிங் துணிகளாக.

ஒளிப்புத் துண், துடிப்புத் துண், புரெஸ் மெட்ராய்வுகள், செல்கண், மெழ்ப்புண், நுய்லிகள், உலர்வுகள், பொன்னிப்புத் துண், படுக்கை விரிப்புந் மற்றும் டேபிள் கிள்கள்கண். அத்துடன் கிள்கள்கு ரெய்மெட் ஒளிப்புந் உ பு-ஒளிப்புந் எங்கெங்குந் நகர்த வளவகில்.

இவை அனைத்தும் கமிஷனாடு. நேரகா மற்றும் பாம்பே டையிங் உண் எங்கெங்கு 150க்கு மேற்பட்ட நேரகாக்கிலும் 150க்கு மேற்பட்ட அக்கிரமம் பெற்ற வளவகிலும்.... கிள்க் நினைவித்த நிலைகில், நாத்தித்த உத்தரகாத்ததும் கிள்க்கு.

விவரம்

பாம்பே டையிங்



பாம்பே டையிங் (பாம்பே டையிங்)

(பாம்பே டையிங்)

பாம்பே டையிங்

பாம்பே டையிங்

பாம்பே டையிங்

ஆரோகுட் கிப்பூட் கேக்

தேவையான பொருட்கள்:

ஆரோகுட் மாவு - ஒன்றரை தம்னர்,
மாம்மழம் - 3,
பால் - 2 தம்னர்,
சர்க்கரை - முக்கால் தம்னர்,
நெய் - கால் தம்னர்,
ஏலக்காய் - 2,
முத்திரிப் வரும்பு - ஏழெட்டு,
கலர் எசன்ஸ் - 2 துளிகள்.

செய்முறை:

முதலில் மாம்பழத்தைத் துண்டாக்க
ளாகி, பூக்களில் கூழாக அரைக்கவும்.,
ஒரு பாத்திரத்தில் ஆரோகுட் மானைப்
போட்டு, பால் விட்டு, கட்டியில்லாமல் கிளற
கரைத்து, அடுப்பில் மிதமான சூட்டில்
வைத்துக் கிளறவும். மாவு வெந்து கூழாகி,
வரும்போது, மாம்பழக் கவனவளைக்
கொட்டி, சர்க்கரை சேர்த்து, கலர் எசன்ஸ்
சேர்த்துக் கிளறவும். எல்லாம் வெந்து
குழைந்து அல்லா பதம் வரும் போது ஏலக்
காய் பொடித்துப் போட்டு, நெய்ளையும்
ஊற்றி, அல்லா நெய்யுடன் சேர்த்து பாத்தி
ரத்தில் குட்டாமல் வந்ததும், சீழே இறக்க
வும். நெய் தடவித் தட்டில் அல்லானைக்
கொட்டி, தட்டை கலுக்கிச் சமமாகவும்,
முத்திரியை ஒடித்து மேலாகத் தூசவும்.
இதை சீயிரிஜூதில் வைத்துத் துண்டாக்க
லோர், அல்லது அப்படியே கிழிவினாலோ
எடுத்துச் சாப்பிட மிகவும் கனவையாக இருக்
கும்.

ராகி ஜிஞ்சர் பிஸ்கட்

தேவையான பொருட்கள்:

ராகி - கால் கிலோ,
இஞ்சி - 1 துண்டு,
சர்க்கரை - கால் கிலோ,
தேங்காய்த் துருவல் - 1 கப்.



வறுத்த தேர்க்கடவை - 1 கப்.,
பால் - அரை தம்னர்,
நெய் - கால் கப்.,
எண்ணெய் - பொரிப்பதற்கு.

செய்முறை:

ராகியைக் கத்தம் செய்து, மிஷினில்
மாலாக்கி, நன்கு கலித்து, வானலையில்
சிலக்க வறுத்துக் கொள்ளவும்.

இஞ்சியை அளாத்து, அரை கப் வரும்படி
சாறு எடுத்துக் கொள்ளவும். இத்துடன்
பால் விட்டு, சர்க்கரைளையப் போட்டு அடுப்
பில் வைக்கவும். இளம் பாது வந்ததும் சீழே
இறக்கி விடவும்.

தேங்காயைச் சிறிது நெய் விட்டுவறுத்துக்
கொள்ளவும். தேர்க்கடவை, தேங்காய்
இரண்டையும் அம்பியில் பெரடிக்கவும்.
இதனை ராகி மாவுடன் கலந்து, பாளை
அதில் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக ஊற்றி,
நெய்யை விட்டு நன்கு கெட்டியாகப் பிசை
வவும். இந்த மாளைக் கத்தமான பலகை
அல்லது தாம்பராவத்தில் கருட்டி வைத்து,
அப்பளக் குழலியில் சற்றுக் கனமாக இட்டு
விரும்பமான டிசைனில் 'கட்' பண்ணவும்.

வானலையில் எண்ணெய் ஊற்றி அடுப்
பில் வைக்கவும். காய்ந்ததும், துண்டாக்களை
மெதுமெதுவாகப் போட்டுப் பொன்னிற
மாகப் பொரித்து எடுக்கவும். சாப்பிட
மொறு மொறுவென்று கனவையுடன் இருக்
கும்.

பேரீச்சை ஸோன் பப்டி

தேவையான பொருட்கள்:

பேரீச்சம்பழம் - 300 கிராம்,
மைதா மாவு - 4 டேபிள் ஸ்பூன்,



புனித்த தனி - 2 தேயின் ஸ்பூன்,
முந்திரி - 10,
தெய் - 8 தேயின் ஸ்பூன்.

செய்முறை:

முதலில் போர்ச்சம் பழத்தில் கொட்டைகளை நீக்கிவிட்டு, மிக்ஸரில் சிறிது தீர் தெளித்துக் கெட்டியாக அரைத்து ஒரு கை மாண வெள்ளைப் பாத்ரித்தில் போட்டு, அத்துடன் சலித்த கைமா மாவு, சாக்ஸர், தலி, மூன்று ஸ்பூன் தெய் ஆகியவை விட்டு, அடுப்பில் நிதானமான தீயில் வைத்து கை விடாமல் கிளறவும். பிறகு மீதி 3 ஸ்பூன் தெய்யையும் விட்டு, பாத்ரித்தில் ஒட்டாமல் வரும்போது, முந்திரித் துண்டுகளைப் போட்டுக் கிளறி, சற்று தளர இருக்கும் போதே தெய் கடலித் தட்டில் கொட்டி, துண்டுகள் போடவும். இதை பத்தே தியிடக் களில் பிரமாந்தமாகச் செய்துவிடலாம்.

— உமா தாராயணகவாமி.

மாண தேவாலம்

தேவையான பொருட்கள்:

பயத்தம் பருப்பு - 3 ஆழாக்குகள்,
உளுத்தம் பருப்பு - 1 ஆழாக்கு,
தெய்காய் - 1.



பொட்டுக் கடலை - 1 ஆழாக்கு,
வெல்லம் - முக்கால் இலோ,
தெய் - 1 மேனாக் கரண்டி,
எண்ணெய் - கால் இலோ.

செய்முறை:

பயத்தம் பருப்பு, உளுத்தம் பருப்பு இரண்டு கடையும் வெறும் வானலையில் சிவக்க வறுத்து மாவு அரைத்துக் கொள்ளவும். தேய்காயை உடைத்துப் பல் பல்வாக நறுக்கிக் கொள்ளவும். அத்துடன் பொட்டுக் கடலையும் சேர்த்து தெய் விட்டுச் சிவக்க வறுத்துக் கொள்ளவும். வெல்லத்தைப் பாரு செய்து கொள்ளவும். அரைத்த மாலைத் தண்ணீர் விட்டுப் பிசைத்து கொள்ளவும். வானலையில் எண்ணெய் விட்டு எண்ணெய் காய்ந்ததும் உடன் தேய் குழல் அச்சில் மாலை அடைத்துப் பிழிவவும். அது வெத்ததும் எடுத்துச் சிறு துண்டங்களாக உடைத்துக் கொள்ளவும். ஒரு தாய்பாசனத்தில் முதலில் சிறிது உடைத்துத் தேய் குழலையும் போட்டுப் பாசனக் கரண்டியில் எடுத்துப் பரவலாக ஊற்றவும். அதன் மீது வறுத்த தேய்காய், பொட்டுக் கடலையும் சிறிது எடுத்துத் தூவவும். இப்படியே மாவு குழலையும் தேய் குழல் பிழித்து எடுத்துப் போட்டு, பாசனவும், தேய்காய், கடலையும் போட்டுப் பிறகு கடைசியாகச் சிறிது அச்சு தூவி விடவும். இது சாப்பிட மிகவும் உணவாய் இருக்கும்.

ஐந்திரிசிப் பனியாரம்

தேவையான பொருட்கள்:

புழுங்குரிசி - 1 ஆழாக்கு,
பயத்தம் பருப்பு - அரை ஆழாக்கு,
உளுத்தம் பருப்பு - அரை ஆழாக்கு,
துய்குரிசி - அரை ஆழாக்கு,
வெல்லம் - அரை இலோ,
எண்ணெய் - கால் இலோ.

செய்முறை:

புழுங்குரிசி, பயத்தம்பருப்பு, உளுத்தம் பருப்பு ஆகியவற்றை ஒன்றாகச் சேர்த்துத் தண்ணீர் விட்டு அரை மணர் தெய் ஊற வைக்கவும். தனியாக ஐய்குரிசியைச் சிறிது தண்ணீர் விட்டு ஊற வைக்கவும். பிறகு தண்ணீர் விட்டு ஊற வைத்து கல் உரலிலிட்டு திறநவென்று அரைத்து சாயம் பூசிய பாத்ரி ரத்தில் எடுக்கவும். மாவு கெட்டியாக இருக்க வேண்டும். வெல்லம் போட்டுக் கரண்டியில் எடுத்து ஊற்றும் அளவு மாணைக் கரைத்துக் கொண்டு, எண்ணெய் வைத்துக் காய்ந்தவுடன் மாலைக் கரண்டியில் எடுத்து ஊற்றவும். அப்பம் போல் மிதத்து வரும். சிவந்தவுடன் எடுக்கவும். இப்படியே எல்லா மாணையும் ஊற்றவும். இதுவே ஐந்திரிசிப் பனியாரம்.



எல்லா
காலங்களுக்கும்
ஏற்ற எண்ணற்ற
நிறங்களில்-

வீணா

பரிக்கைத்
துணிகள்.

புடவைகளில்
கண்ணங்கள்
எதுவாலிலும் அதற்கேற்ப
முற்றிலும் பொருக்கமான
நிறங்களில் வீணா
ரவிக்கைத் துணிகள்.

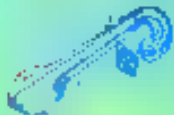
எண்ணிலடங்கா
நிறங்களில், எண்ணற்ற
கண்களில், எழுப்பான
தோற்றமளிக்க, வீணா
ரவிக்கைத் துணிகள்.

பாலியெஸ்டர், கிப்பான்,
3/2 உடம்பிரிக்
ரகங்களில் வீணாவின்
உயர்தரம்
பிரதிபலிக்கின்றன.

வீணா ரவிக்கைத்
துணிகள் உங்களுக்காகவே
உரிய விலையில்
உத்தரவாத்தியம் எல்லா
ஆவுளிக்கடைகளிலும்
கிடைக்கின்றன.

வீணா

மாறு வழியில்
நாகரிகப் பணக்கும்
முன்னோடிகள்



தலைநிலையர்கள்:
வீணா டெக்ஸ்டைல்ஸ்
லிமிடெட்
சென்.என்.எம். மூலம் திருவனந்தி
பெயர்ப்புணையம் 538 103

யாரும் பண்டுகளைக் காலங்களில் செய்ய
வற்றது.

— பரமேஸ்வரி விஜயன்.



இப்போதெல்லாம் எல்லா பட்சணக்
கடைகளிலும் கார்னாடுகளை மிகச்சுச்
செய்து விற்கிறார்கள். இதைத் தயாரிப்பது
சாநாரண மிகச்சுச் தயாரிப்பதை
விட மிகவும் கலப்படம். தீயாவளிக்கு இந்த

மிகச்சுச் தயாரித்துப் பாருங்களை.

இதை நீளக் கைப்பிடிவோடு கூடிய வடித்
கட்டில் கொஞ்சமாகப் போட்டுக் கொள்
ளவும். வாணலியில் அடுப்பில் எண்ணெய்
காய்த்ததும். இதை எண்ணெயில் முழுகச்
செய்து பொரித்து எண்ணெயை வடித்து
விட்டு ஒரு டப்பாவில் போட்டுக் கொள்ள
வும். கறிவேப்பிலை, திலக்கடலை,
பொட்டுக் கடலை, முத்திரை, கிஸ்மிஸ், திராட்
லை, கிரப்பமானால் சிறிது சோம்பு ஆகிய
வற்றைப் பொரித்துப் போட்டு உப்பு, மிள
காய்த் தூள் சேர்த்துக் கலக்கவும்.

துவ்வரிசி பிளேக்ஸ் பல வண்ணங்கள்
தோய்த்துப் பாக்கெட்டில் விற்கிறார்கள்.
இதையும் அவனையும் கூட மேலே சொன்ன
முறையில் பொரித்துப் போட்டுக் கலத்தால்
கலையாகவும் கலர் சிபுல்லாகவும் இருக்கும்.
கிரப்பமானவர்கள் இந்த மிகச்சுச் சிறிது
பொரி (முட்டைப் பொரி) கூடச் சேர்க்க
லாம். அளவு அதிகமாகக் காணும்.

விஷி.



கமார் 25 வருடங்களுக்கு முன்னால்
எழுத்த படம். ஈஸ்வரிக்கு இடதுபுறம்
ஆர்மோனியம் வாசித்துக் கொண்டிருப்
பவர் இசையமைப்பாளர் வில்லந்தான்.
அவருக்கு அருகில் மேண்டலின் வாசித்
துக் கொண்டிருப்பவர் திரு. ராஜு.
ஈஸ்வரிக்கு வலதுபுறம் ஸ்கைல் பாடிக்
கொண்டிருப்பவர் பி. பி. சீனிவாஸ்.
அவருக்கு அருகில் பின்னாள் கேம்
ராஸாவப் பார்த்தவாறு உட்கார்த்திருப்
பவர் ப்ரூட் (புல்லாங்குழல்) வாசிக்கும்
திரு. ரெட்டி என்பவர். அவருக்கும்
பின்னாள் தாற்காலியில் உட்கார்த்து
அக்கர்டியான் வாசிப்பவர் மங்கன்

முர்த்தி. பி. பி. சீனிவாசுக்கு வலது
பக்கம் கண்ணாடி அணித்து உட்கார்த்
திருப்பவர் இசையமைப்பாளர் ராம
முர்த்தி. இந்தப் படத்தில் உள்ள
அனைத்து வயலுனர்களுமே ஒன்று
சேர்ந்துதான் இன்னும் கூறும் தேனாக
ஒலித்துக் கொண்டிருக்கும். 'பாலும்
பழமும்', 'பாசமலர்', 'பாவ மன்னிப்பு',
'படித்தால் மட்டும் போதுமா?' 'பார்த்
தால் பசி தீரும்', 'ஆவையணி' போன்ற
பல்வேறு படங்களின் பாடல்களை உரு
வாக்கித் தந்தவர்கள்! என்னைப்
பொறுத்தவரையில் இது ஒரு முக்கிய
மான புனைப்படம் என்று கூறுவேன்.

— யோகா.

பரபரப்பான வியாபார மையமான தி-நகர்
24,ரங்கநாதன் தெருவில்
ஓர் சிறப்பான ஸ்தாபனம்



கேரளா
ஜீவல்ஸர்ஸ்

ஹஸ்தி டவர்,

24, ரங்கநாதன் தெரு, தி. நகர்
(மாம்பலம் ஓரில் நுழையும் அருகில்)
கொடை - 600 017. போன் - 442988

உங்களுக்கு **“ஜீவல்ஸர்மா”**

தனிக் சேமிப்பு திட்டத்தில்
சேர்த்து பயனடையுங்கள்

உவ்லே வேண்டாம்! பெண்களுக்கு ஓர் அரிய வாய்ப்பு!
உவ்லே வாய்ப்புத் திட்டம்!
இல்லத்தரசிகளின் வரப்பிரதானம்



சுமங்கலி
கை முறுக்கு
மெஷின்
(20 மூலக்களில்)

உங்கள்
காயியார்,
காமரா
கணவர்

மற்றும் குழந்தைகளை
சீருதப்படுத்த விளாத்திடுவர்.
எங்கெது மிகின
கொண்டு கைமுறுக்கு,
தேன் தூள், திரைப்,
சியாக் பாகெட்ட,
கேக்கின் கேக் மூலக்களம்
அழகிய முறையில் செயல்படும்.



தயவு செய்து போலிலைக் கொண்டு ஏமாருதீர்கள்!
உங்கள் தேவைகளுக்கு ரூ 22/- 30/- கொஞ்சம்
உடன் பதிவுத் தபாலில் அனுப்பி வைக்கப்படும்.

சுமங்கலி ஹோம் மேக்கர்ஸ்

437, DB Road, R.S. Puram, Coimbatore - 641 002



புதுகை சரோஜாதேவியின் கழுத்தை
ரதிக் கொத்தவர்கள் இருக்கவே முடியாது
செய்துக் கழுத்திற்றும், அண்ணத்தின் வேலை

எண்ணிக்கைதான்.

வயது இரபத்தைந்து முடிந்தவுடனேயே,
முதுமை முதற்கட்டமாகக் கழுத்தில் தான்
எத்தி வைக்கிறது. பலன் ஏதென்பது. கழுத்
தங்கள். இத்தரக் குருக்கம் விழுந்த கழுத்தை
எத்த தலை கொண்டும் ஒப்பேற்ற முடியாது.
தான் உரை போட்ட காஞ்சிபுரம் கூடத்
தொற்றுவிடும். எனவே, கழுத்தின் மேக்கப்ப-
புத்திராணிகள் தங்கள் கால நூற்றாண்டினி
ருத்தே ஆரம்பத்துவிட வேண்டும்.
தங்கள் எகத்திற்கு 'பெயர் பெரு'



கழுத்தே உண்ணை ஆரத்திக்கேறும்

ஹமான் கழுத்திற்கும் இளையதாக, நடிக்க
சாரிகாவின் கழுத்து அமைந்து. போல நடி
க் கமலநாராயணிய அடிமை கொண்டுது
என்றால், சாமாஸியிகளின் தலைமைக்
கூறத் தேவையில்லை. எல்லோருக்கும்
அழகிய கழுத்து அமைந்து விடுவதில்லை.
கடவுளால் ஆசீர்வதிக்கப்பட்டதை, நன்றி
யுடன் ஏற்று, அடைவியப் செய்வாய்க். அக்
கறைவுடன், உவமைத்துடன், பராமித்து வந்
தாலே அழகையும், இளமைமையையும் என்றும்
தக்க வைத்துக் கொள்ளலாயே!

அழகின் பிரதான அம்சமே கழுத்துதான்.
முகத்தில் வரிகாற்றைப் பெண்க் காக்க.
எத்தனை விதமான நீபவுண்டேஷன்கள்...
எத்தனை கிரீம்கள்! எத்தனை லோஷன்
கள்... எத்தனை எத்தனை மேக்கப் சாமான்
கள்! ஆனால் கழுத்திற்கு எத்தனை பேர்
மேக்கப் போடுகிறார்கள்? விண்ணக்கத்தக்க
விஷயம்... விரல் விட்டு எண்ணக் கூடிய

(செய்யப் போகும் பொழுது, கழுத்திற்கும்
உந்தி போடுங்கள். இத்தக் களிம்பை அதிக
விடை கொடுத்து வாங்காமல், விட்டிலேயே
என்ப முனையில் தயார் செய்து கொள்ள,
வேண்டிய பொருள்கள்:

- வேலுமாயம் - 30 மிராம்,
- பண்ணி (ரோஸ் வாட்டர்) - 25 மில்லி,
- வாதுமை எண்ணெய் - 25 மில்லி,
- ஆலில் எண்ணெய் - 25 மில்லி,
- பிடித்த ஒரு மலரின் சென்ட் - சில துளிகள்

முதல் நாள்சையும் நன்றி அடித்து,
கவக்கி, பின் சென்ட் சேர்த்துப் பாட்டிலில்
பத்திரப்படுத்தவும். இத்தக் கவனமையச் சில
தேகப்பயோசகர்கள் செய்து முடித்தவுடன்
தான் கழுத்திற்கு 'மொது' செய்ய வேண்
டும். 'மொது' கழுத்தின் மேம்பாடுதேவியிருந்து
தொண்டை, வரை செய்ய வேண்டும்.

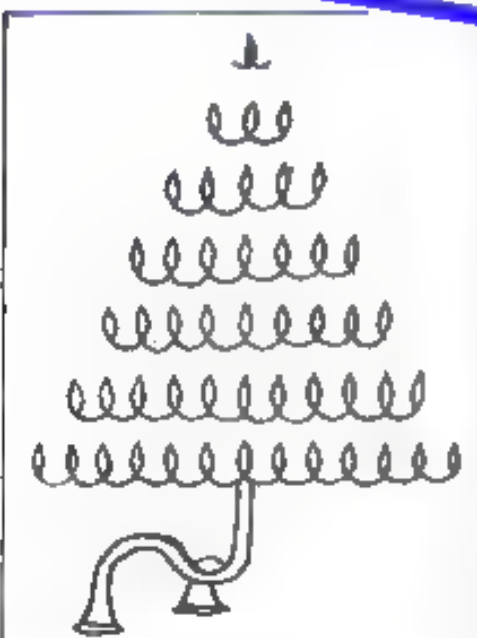
என்ன பற்றி?

தனவயிற்றுக்கு கனமான புத்தகத்தை வைத்துக் கையால் பிடிக்காமல் ஜாக்கிரதையாக நடக்க வேண்டும். தினசரி தான்கு முறை செய்ய வேண்டும். அடுத்தபடியாகத் தனவயை எய்வளவுக்கெவ்வளவு பின்னாடி மடித்துப் பார்க்க முடியுமோ, அவ்வளவுக்கவ்வளவு கழுத்துச் சுருக்கமும், இரட்டைத் தாண்டியும் விலகிவிடும்.

சிலருக்கு முகம் பளபளப்பாக, தேஜசாக இருக்கும். ஆனால் கழுத்துப் பகுதி சுயத்த கருவாடு போல் விகாரமாகக் காட்டு அனிக் கும். இதற்குச் சிகிச்சை - குளிப்பதற்கு முன் எலுமிச்சம்பழச் சாறுடன் மஞ்சள் பொடி வைச் சம அளவில் கலந்து, கழுத்தில் வட்ட

எப்போதும் பிரெட்டில் ஐயம் தடவிக்குழந்தைகளுக்குச் சாப்பிடக் கொடுப்பதற்குப் பதிலாக சிற்று கோக்கோ பவுடர், பொடித்த சர்க்கரை, சிற்று பால் பவுடர் ஆகியவற்றை வேண்டனையில் கலந்து பிரெட்டில் தடவிச் கொடுத்தால் குழந்தைகள் மிகவும் விரும்பிச் சாப்பிடுவார்கள்.

— விஷி.



தீபக் கோலம்

13 நேர்புள்ளி : 1 - இவ் திறுத்தவும்.

— பரமேஸ்வரி விஜயம்.

மூதறியில் 'சர்க்கார் ஸ்டம்மெண்ட்' மராத் செய்ய வேண்டும்.

உடலில் மற்றெந்தப் பாகங்களாகக் காட்டியும், கழுத்தில்தான் வரிகளும், கருக்கங்களும் நிதர்சனமாகத் தெரியும். காரணம் கழுத்துப் பகுதி மெல்லிய தளசுகளினால் ஆன பீடத்தில் உட்கார்த்திருக்கிறது. அந்நாஸ்தான், கோப்பப்படும்போதும், உணர்ச்சி வசப்படும் போதும், மனம் இறுக்கம் கொண்ட போதும், கவலை கொண்ட போதும், தரம்புகள் தளர்ச்சியடைந்து, தளசுகள் சோர்வடைந்து, முதுமையை முத்திக் கொண்டு, வினிபோகித்துவிட்டு வேடிக்கை பார்க்கிறது.

"திமிர்ந்த தன்னடை, நோகொண்ட பாரி வையு" தந்திரில் யார்க்கும் அஞ்சாத தெருக்கம்..." என்று பாட்டடைத் தேசியக் கவி எந்த நேரத்தில் பாடியிருந்தாலும், நாம் அறிந்து கொள்ள வேண்டியது, திவத்தைப் பார்த்து தடப்பதைத் தவிர்க்க வேண்டும் என்பதே. காரணம் இரட்டைத் தாண்ட ஏற்பட்டு, கழுத்தில் எக்கச்சக்கமான கருக்கங்கள் ஏற்பட்டுவரும் என்று கூறிவுள்ளனர் அறுகுக்கலை வலுவூறுகள். அவர்கள் கழுத்தைப் பேனிக் காக்க இப்பேக சில 'டிப்ஸ்'கள் கொடுத்து இருக்கிறார்கள்.

கழுத்தின் மையப் பகுதியிலிருந்து மோவாய்க்கட்டை வரை இரண்டு எககனாலும், துரிதகதியாய் அழுத்தினை 'மராத்' செய்ய வேண்டும். இதனால் தல்ல ரத்த ஓட்டம் ஏற்பட்டு, தளசுகளும் உறுதியாகின்றன.

கழுத்துப் பகுதியில் எண்ணெய்ப் பசை புரன், சாப்பனையும் இருப்பதற்கு ஏதாவது ஒரு 'மாய்ச்சைரைசர்' வாய்க்கிப் பயன்படுத்தலாம். கழுத்துப் பகுதிக்கு சோப்பே தேவையல்ல. சோப்பை அடிக்கடி உபயோகித்தால், கழுத்தில் கஷ்டப்பட்டு ஏற்றிய எண்ணெய்ப் பசை கவப்பதில் அகன்று, சருமம் கலர்ந்து, "பழையக் குருகு, கதவைத் திறவு" கதையாகிவிடும்.

தளபகலில் வெளியே செல்லும் பொழுது, கழுத்துப் பகுதிக்கும், முகத்திற்கும் சண் ஸ்கிரீன் போஷணைத் தடவிச் கொண்டு செல்லுங்கள். தினமும் பற்களுக்குத் தட்டாட்டும் அக்கறை போல், கழுத்திற்கும் கவனம் செலுத்தினால், தளர்ச்சிசையாக அப்பழக்கம் தொடர்கதையாகி விடும். பின் சாப்பிட விதும்பாதவர்கள், பின் எண்ணெயைக் கட்டாயம் உட்கொள்ள வேண்டும்.

கழுத்தின் கதையைக் குறைக்கப் பட்டினி போடுதலையிட்டு, கொழுப்புப் பொருளை அகற்றி, தறைத்த கலோரிகள் உள்ள கனையை உட்கொள்ள வேண்டும். உட்காருவது, தடப்பது, சாப்பிடுவது போன்ற செயல்கள் தல்ல முறையில் அமைந்தாலே கருக்கங்கள் விழ வாய்ப்பில்லை. எண்ணெய் கந்தானம் செய்யும் தினத்தில், சோப்பை உபயோகிக்காமல் இருப்பது தவம்.

— காத்தாய்மணி.



வெறுங்கதை:

ஒரு பனிப் பூ

கூடத்திலுள்ள மணி நேரங்களாகக் கணவனைத் தனியே விட்டுத் தான் மட்டும் இப்படித் தில்லிக்குப் பயணம் செய்வது சரிதான் என்பது பற்றிய குழப்பமும், குற்ற உணர்வுமாக இருந்த கசீலாவின் மனது, ட்ரெயின் தில்லியை நெருங்க, நெருங்க கனம் குறைந்து மகனையும் பார்க்கப் போகும் ஆவலில் இலகுவாகிற்று.

கரெண்டிப் பார்த்து ஏறக்குறைய இரண்டு வருடங்களாகி விட்டது. அவன் திருமணம் முடிந்தவுடன், தோலை அழைத்துக் கொண்டு தில்லியில் இந்தப் புதிய வேலை யில் சேர்த்தான். போன வருடம் விடுமுறையில் வருவான் என்று எதிர்பார்த்த சமயம் வெளிநாடு செல்லும் வாய்ப்பு வந்தது. தோலைவரவது தங்களுடன் நாலு மாதம் வைத்துக் கொள்ளலாம் என்றுதான் கசீலா எண்ணினான்.

"அது எப்படிமோ தோவால் நாலு மாதம் வேலையை விட்டு விட்டு வர முடியும்" என்று கரெண்டி தொலைபேசியில் கேட்டான். "அப்படிண்ணா, அவ தனியாவா இருப்பார்" கசீலா சுற்றே வியப்புடன் கேட்ட போது, தோவே கரெண்டிமிருந்து போனைப் பறித்துப் பேசினான். "அம்மா, என்னால தனியா மேடுனுது பண்ணிக்க முடியும். ஒரு சேஞ்சுக்கு நீங்க இங்க வந்துடுங்க. சனி, சூனிற தினங்களில் We will point the town red... டார் நீங்கனா?"

"உங்க மாமனாங்க கேட்டுச் சொல்றேன்." தனீமாசுப் பதிலிறுத்த கசீலாவுக்கு மருமகள், மாமியாங்க வீட்ல என்னும் அனுபவிக்க அனுழப்பதே வினோதமாக இருந்தது. "என்னவ் விஷயம்?" என்ற கணவனிடம் மருமகள் கூறியதைச் சொன்ன போது அவர் ஒரு நிமிட வியப்புக்குப் பிறகு அவனை நேரேயே முறைத்தார். "அந்த ரெண்டுங் கெட்டான் ஏதாவது உளதுன்னு தீருட்டை வைக் கட்டிண்டு விளம்பிடாதே... எம் பின்னைக்குச் சமத்துப் போறாது. அதீய ஊர்வ இருபத்தி ரெண்டு வசகப் பொண்ணு தனியா இருக்கிறதாவது... போட... நாலு மாதம் பொறுத்தாத்துலேயோ, பூக்காத்து

உஷா சுப்பிரமணியன்

செய்ய இரத்தப்படுவாண்டு சொக்கத் துப்பிடுவது.

சுரேஷ் திடீர்விடீர்ந்ததே போனிட் டா. டா' சொல்லி விட்டுக் கொண்டு விட்டான். கசியாதான் அடிக்கடி மருமகன் ஐக்கிரைத வாக இரப்பாபோ. அக்கடி பக்கம் உள்ள வாக்கள் கவனித்துக் கொண்டுவாக்கனோ என்று கவனஸப்படுவான். தன் கவனவையை மருமகனிடம் வெளிக்காட்டிக் கொள்ளவும் பயம். கீதாஸை அவன் தெரிந்து கொள் ளுவோ, புரிந்து கொண்டோ எந்த வாய்ப்பிருந்தது.

கல்சுத்தாவின் மேனேஜ்மெண்ட் படித்துக் கொண்டிருந்த சுரேஷ் ஒரு கிறிஸ்துனரின் பேரது "அம்மா, என்னோட க்ளாஸ்மேட் கீதாங்கற பெண்ணை நான் கல்யாணம் செய்துக்க விருப்புகிறேன்" என்ற பேரது கசியா பதறி விட்டான். "என்னடா சுரேஷ்... கண்கூட அப்பா கபாயர் தெரி யாதா... நன்னை மீறி எந்த விஷயமாகு துடத்து அவர் என்றுக் கொண்டிருக்காரா... அவர் முன் முகமுடிகுட இவ்வளவு செவ்வா வாரோ" என்று அருந்தான்.

ஆனால், எல்லாம் தல்லபடிவராத து க் தது. பம்பாயிலிருந்த கீதாவின் பெற்றோர் ஒருநாள் விஜி தேடி வந்தார்கள். கீதாவின் தந்தை திருநெல்வேலிக் கொய்த்திக் சுரே ஷின் தந்தையுடன் கொலி வீணையடிவல ராக அணங்கித்தது. சுரேஷின் அதிர்ஷ்ட ம் தான். கசியாசனின் குடும்ப ஸ்டேட்ஸ். அதிகாரம் இவற்றையெல்லாம் கீதாவின் தந்தை தினைவு கூறிவது. அவர் "சுரேஷ் குப் பேரதுமானதாக இருக்கது. "என் னி பத்தி என் னாது" நான் ப்ரொண்ட" என்று கீதாவின் தந்தையின் நோனில் கை போட் டிக் கொண்டு பின்னை திருமணத்திற்குப் தானே தாயகமாக நிம்றா.

படிக்கும்பொதேகீதா, சுரேஷ் இருவரும் கும் காமப்ஸ் இன்டர்வியுவில் தில்லியில் வேலை கிடைத்திருந்தது. எனவே தானி க்ஷய மறுதானே. "குடித்தனம் சைக்க லதவியா... நோ... நோ... அதெல்லாம் நேளவலில்லை. நாங்க சமாளித்துக் கொன் லோம்" என்று தாமிவழிணார்கள்.

இருவரும் அடிக்கடி கூடிதம் எழுதுவார்

கன். மாதம் ஒருமுறை போனிட் பெகவார் கன். ஆனாலும், தேரில் பார்ப்பது போல ஆதமோ...? கல்யாணமான பிறகு சுரேஷ் எப்படியெல்லாம் மாறிவிடுக்கிறானோ... அவர்ப்பாஸைப் போல் சதா எல்லோன்றும் அதிகாரம் செய்து கொண்டுப்பதுதான் தன் ஆன்மையின் சின்னம் என்று நினைக் கிறானோ... ஆனால், இந்தக் காலப் பெண் ணிடம் அந்த ஐம்பெய்ஸ்லாம் காயமா... எந்தக் காலமானால் என்ன. பெண், பெண் தானே... நான் முடப்பது வருடத்துக்கு முன் னாடினே. ஆனால் டிஜிவி வாய்க்கியவன்தான். மேதமேடிக்கன் ஆனான் என்று கணவர் தனதான். மைக்கா கெண்ட் பாரா. தானிருக்கும் காலா இந்த ஸீட்டில் தலை இருக்க வால் ஆடது என்று மாயியார் கசிக்கக் கூப் பேசக் சொன்னதுடன், செவலி லும் காட்டினார். "தீ என்ன படிச்சிருந்தா என்ன. என் தவலிவ்தானே வாழ்ணும்!" என்று கணவன் சின்ன விஷயங்களுக்குக் கூட அவனா எதிர்பார்க்க வைத்தான்.

சொலி மேகம் தனத்து ஸ்டேடினஸ் தெத்துவியது. அபே... ஸ்டே. ஷனுக்குள்... சிலப்பாக, உலாமாக, கண்ணாடிவளரித்த ஒஸ்வொருவரையுட பார்ப்பை நேடுகிறது... சுரேஷ்... சுரேஷ்... அணைத்து, அழுத்து, டிவ பார்ப்பின் ஸிலிக்க முடியாக நன்கு... "உலா... ஸ்டே... சிலா... கட்டு... டி... ஸ்டே..."

சுரேஷ்... சுரேஷ்... அணைத்து, அழுத்து, டிவ பார்ப்பின் ஸிலிக்க முடியாக நன்கு... "உலா... ஸ்டே... சிலா... கட்டு... டி... ஸ்டே..."

சுரேஷ்... சுரேஷ்... அணைத்து, அழுத்து, டிவ பார்ப்பின் ஸிலிக்க முடியாக நன்கு... "உலா... ஸ்டே... சிலா... கட்டு... டி... ஸ்டே..."

சுரேஷ்... சுரேஷ்... அணைத்து, அழுத்து, டிவ பார்ப்பின் ஸிலிக்க முடியாக நன்கு... "உலா... ஸ்டே... சிலா... கட்டு... டி... ஸ்டே..."

சுரேஷ்... சுரேஷ்... அணைத்து, அழுத்து, டிவ பார்ப்பின் ஸிலிக்க முடியாக நன்கு... "உலா... ஸ்டே... சிலா... கட்டு... டி... ஸ்டே..."

அதி மாணவப் பொன் தந்திக் பொரித்துக்கொட்டி, உடைத்தகடலை வையப் போட்டு, பெருங்காய நீர், என். டீப்பு சேர்த்துப் பிசைந்து சொட்டிக் கல்லில் வட்டமாக இட்டு தேறிப்பொரித் துப் பாருங்கள். அதிக எண்ணெய் சென் வின்றிக் குழந்தைகளை மகிழ வைக்க வாம்.

தங்க கவரிங் நகைகளுக்கு
தன்னிகரற்ற பெயர் "மெரி"

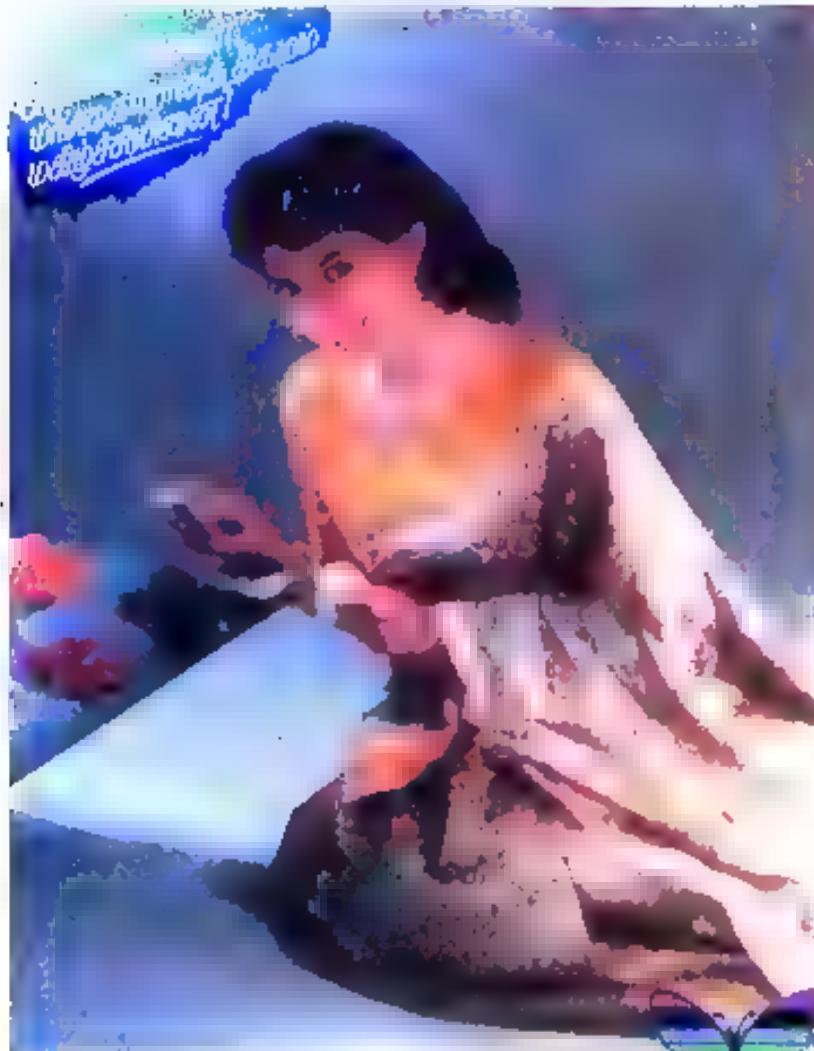
கண்ணைக் கவரும். அழகும், பொலிவும், தரமும் உத்திரவாதமும் உடைய உலகப் புகழ்பெற்ற 22cr "மெரி" தங்க கவரிங் நகைகளை வாங்கி அணிந்து மகிழுங்கள்!

நகைகளின் நம்பர்களைக் குறிப்பிட்டு எழுதினால்
வி.பி.பி. மூலம் நகைகள் அனுப்பப்படும்.
வி.பி.பி. சார்ஜ் தனி. இலவச கேடலாக்கைப் பெற
எழுதுங்கள்?



மேரி கோல்டு கவரிங் ஓர்க்ஸ்

தொலைபேசி: 1405, 14, ரங்கநாதன் தெரு
தி. நகரா, சென்னை-600 017.



DPP 1768A5384TTA

உயிர்கள் உலகில் முக்கிய பங்கு
பெறுவது வண்ணங்கள்...
அளவகளின் அழகு ஆலங்களை
பொலிவும் நேர்த்தியும் மிக்க பட்டு
வடிவத்தில் உலகளுக்குக்
கோ-ஆப்ரெக்ஸ் அளிக்கிறது.

கோ-ஆப்ரெக்ஸ் பங்கு பெறவும் —
உங்கள் இனிப்பு நேரங்களில்!

100% உலகமான் பட்டு
உதாரவாதமான சரிகள்



கோ-ஆப்ரெக்ஸ்
நமிழ்தாடு கைத்தறி
இதிலாவின் உயர் கிற்பனை
கைத்தறி வகைகள்.

உங்க பெட்டியை இந்த ரூமில் வைக்கட்டா? என்று பம்பாய்மாமன் கழன்றுவாறு உபசரித்தான். தடுமில் டெலிபொனில் மதியம் அறு மணிக்குத் தடக்கவிடும் மார்ட்டெட்டில் ஸ்ட்ராடாதி பீட்டிங்கிற்கு மிஸ்டர் தயாராக என்று விசாரித்தான். அவன் வேலை செய்கும் நிறுவனம் பொருள்களை விற்கும் வர்த்திக்ருவகை அமைத்து, விற்பனை பெருகவில்லை என்றால் இம்மாதத்துடன் வசூலிப்பிற் றுத்தப்படும் என்று கருணமயாக மிரட்டினான். கரேஷிடம் "மியமி நேரம் அரைமட்டம்... ஹலோ சொல்" என்று கசிலா விடம் போனைத் தந்தான்.

கரேஷி வாகனத்தையே ஒரு மணி நேரத்தில் வந்தான். உண்மையிலேயே உடம்பு தேறிப் புதுப் பண்பாட்டில் கம்பிமமாக இருந்தான். "தெய்வம் தீதா. உனக்கு சிரமம் கொடுக்க வேண்டி வந்து விட்டது. சாரி" என்று கசிலாவுக்கு விவப்பாக இருந்தது.

"ஆ ஆர் வெய்கம் கரேஷி... நீ இன்று அம்மாவின் இருப்பை அல்லவா... நான் இளம்பரும மயம்... சாவகாசம் உங்களுக்குள் திறைப்பை பேசினால்... ஸப்... ஸப்... தீதா இளம்பிளாஸ். கரேஷி கார் சாமினை அவனிடம் நீட்டினான். கரேஷி எல்லாவற்றை காரிசமாக வான், மனைவிக் கு சிவன சிரமம் தந்ததற்கு மன்னியுக்கேட்டு, உதவி வந்திரு நன்றி கூறி... பின்னை அப்பாவைப் போல இல்லை, அதுமே திம்மதி...

இதைப் போல் ஒரு உறவினர் ஊரிலிருந்து வந்திருந்தால், அவர்களை அழைத்து வர அவனால் தெரிவாக ஸ்டேஷன் செல்லுமுடியுமா அல்லது அனுமதிதான் கிடைக்கும்... "உங்கக்கா சனிக்கிழமை ஊரிலிருந்து வந்தா னாம்" என்றால் "எல்லாம் எனக்குத் தெரி யும்" என்றுதான் பதில் வரும். முதலியெல்லாம் தெளிவிக்கவங்கனில் அனுமதி மறுக்கப்பட்ட போது கோபம் வரும். தானாக, தானாக அதன் சென்கரியும் புரிந்தது. பழமை இடத்துக்குள் சுத்தி வருவது கனம் மட்டுமல்ல கலப்படம் அல்லவா...

"என்னைமா, அப்பா எப்படி உன்னை மட்டும் நினைக்கு அனுப்ப சம்மதிச்சா... கூப்பிட்டால் வரவும் மாட்டா... நீ இளம்பிளாவும் நான் சாப்பிட்டுக்கு என்னை பண்ணுவான் என்று தந்திரிப்பாடு..."

"நிஜம்தான் கரேஷி... அவருக்கும் கயசு ஆறநிலைவா? ஹோட்டல் சாப்பாடு ஒத்திருக்கமா?"

"ஹோட்டல்வெ ஏம்மா சாப்பிட்டுணம்... கிடைத்தால் வீட்டிலேயேதான் இருக்கிறார்... பத்து நான் சமைத்து சாப்பிட்டுணம்..."

அப்பாவா? கசிலாவுக்கு சிசிப்பு வந்தது. உங்கப்பாவுக்குப் பட்டை காய்ச்சத் தெரியாதே. ஒரு மாதமாக நெண்டு வேளையும் சமைத்து வைக்க ஏற்பாடு செய் திருக்கேன். தானும் பரிசுத் திறை வித விதமா சமைத்து வந்திருக்கேன். அவர் ஒருங்கா எடுத்துப் போட்டுண்டு சாப்பிட னுமேன்னுதான் கவலை...

அதெப்படி ஐயங்கார்களுக்கு மட்டும் புலியோதனா அல்லவா நோராக வரு நிறை என்று ஆச்சரியப்படுபவர்களுக்கு:

ஒரு டேயிச் கழுவத் தனிவா, 1 மிதகு, இவற்றை அரை மல்பூன் என்னைக் கேடுத்து வந்தது. பொடி செய்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். இதைப் புதித் தவச்சலில் கேக்க வேண்டாம். சாதம் பிசைச்சுப்போது, இந்தப் பொடியில் தேனவாசன அளவு கேடுத்து, கலந்து பிசைந்தால் குவியான பெருமான் கொளிக் புலியோதனா ரெடி.

— மீனா ரமணி.

"போம்மா... அப்பா என்ன அருகி வயக் குழந்தைவா? நீதான் அவரைக் கொடுக்கிறே..."

உண்மைதான். நிரமண்மாவில் சில வருடங்களில் அப்பா விஷயங்களுக்குக் கூட திறைச் சார்த்து திற்பது எப்படி எவ்வளவு பழக்கமாயி விடுகிறது. வீட்டுக்குத் துறை யுமையேதே மனைவி விறைர உளவு அளிப்பான் என்று நிதும்பும் கணவன், மாதுள னால் குறும்பு செய்குக்குக் கொண்டு வருவான் என்று நம்பிக்கையுடனிருக்கும் மனைவி. சத்தோஷமோ, துக்கமோ கை கேடுத்து உனக்கு தான், எனக்கு நீ என்று கேடுத்து சிரிக்கவும், அழவும் துணை உண்டு என்று கதிரிப்பப்டும் மனைவி. ஆதிரம் கோபங்கள், மன வருத்தங்கள், வித்யாசங்கள் இருந்தாலும் இந்த சார்பு அளிக்கும் தெம்புக்காகவே தொடரும் இல்லறம். இதெல்லாம் கரேஷிக்கும் விசைவியுரியும்.

வாய்மா... சாப்பிடலாம்... கரேஷி பிசுதிருந்த உளவுப் பொருள்களைக் கூட வைத்து அறகாக மேனையில் அடுக்கி தான். அவன் பாக்குடன் வேலை செய்யும் அழகு கசிலாவைக் கவர்ந்தது. பெண்கள் வேலைக்குப் போரும் குறும்பங்களில் ஆண் கள் மிகவும் நிறைமாளிகளாயி விடுகிறார்கள் என்று நிதான்றிவா.

கசிலா ஊரிலிருந்து வந்த முதல் மூன்று நிகங்கள் தோஷம், கரேஷிக்கும் விடுப்பு எடுத்துக் கொண்டு ஆக்கா, ஜெயப்பூர் என்று அழைத்துச் சென்றார்கள். கல்யாணித் தோழி களை இருந்த காரணத்தினாலோ என் னவோ. தீவா, பொ, என்று இருவரும் பேசுவதும், கேள் செய்து கொள்வதும், சிரிப்பதும் கசிலாவை மிகவும் இளமையாக் கிவது. இவர்களைப் பார்த்தால் ஒரே மாநிரி பான்ட்டும், சட்டையுமணித்து கணவன், மனைவி போலவே இல்லைவெ என்று மனத் துக்குள் விவந்தான்.

நாலாவது தானிலிருந்து இருவரும் அது



காவை உணவு தயாரிப்பாக், தீதா துணி களை மிஷினிலிட்டுத் துவைப்பாள் அல்லது பேறு வேலை செய்வாள். சதா குளிர்ப் பெட்டியில் உணவிற்குக்கும், அவரவர் விரும்பப்படி சமைப்பது, சாப்பிடுவது என்றிருந்ததாய் 'உப்பில்லை, புனியில்லை' என்ற குறையில்லை... கசீலா தானே தன் சாப்பாட்டு வேலையைக் கவனித்துக் கொள் வதாகச் சொன்னதாய் இதைவெல்லாம் கவனித்துப் பார்க்க முடிந்தது.

முடிந்தவரை தோலும், கரோஷும் அவளு டன் தோம் செலவிடவும், அவளை சந்தோ ஷப்படுத்தவும் முயன்றார்கள். மாஸலையில் சேர்த்து உட்கார்த்து அரசியல், மெலிமா, புத் தகம் என்று பேசினார்கள். அன்று பெச்

வலகம் செயல்பத் துலங்கினார்கள். காணை யில் கரோஷ் சிக்கிரமே எழுந்து இருவருக்கும்



சிறிதா

“என்னயோ, தூங்கலையோ...” “கரேஷ்... இன்னும் தோவாக்கையோ?” “ஆ... போனாட் ஓர்... ஷி ஷி... கம்...” “கரேஷ் சொல்லிக் கொண்டிருக்கும் போதே தோ தன் அதிகாரி யின் காலிலிருந்து இறங்கி” “தேங்க டூ பாஸ். குட் ஹை” என்றான்.

பெண் வேலைக்குப் போவது சரிதான். ஆனால் கான்பரன்ஸ் முடிந்து நடு இரவில் வரலாமா... பாங்கிலில் வேலை செய்தால் வேலையாளனால் நேரத்துக்கு வீடு வரலாம். பொறுப்பான பெரிய பதவி வகிப்பவர்கள் அப்படி வரமுடியுமா... தன் கணவர் எவ்வளவு நேரத்தைத் தன் அலுவலக வேலை யில் செலுத்தியவர் என்று உணர்ந்தவன் தான் கரேஷா... அப்போதெல்லாம் பெருமை யாக இருந்தது. இப்போது ஏனோ உறுத்தி யது. கரேஷ் தேவனை... எவ்வளவு பார்த்த மாக இவற்றை ஏற்றுக் கொண்டிருக்கிறான்.. ஏற்றுக் கொண்டிருப்பதுடன் மகிழ்ச்சியாக வும் இருக்கிறான் என்பது வெளிப்படையாகத் தெரிகிறது. இங்கே தான் பெரியவன், தி ன்னவன். தான் தனவான். தீ பிரதான என்பது போன்ற ஜாதி வளரவற்றைக் இல்லாமல் பொது உடனையாக இருப்பதால் அவனால் கௌரவம் பார்க்காமல் சமைக் கவும், மனைவி துணிவைத் துணைக்கவும் முடிகிறது.

தோ மட்டுமென்ன, லீன்ன், சட்டை என் றாறும் சமையலிலிருந்து, வெளி வேலை வரை தெரியாத விஷயமில்லை. நல்ல ரட்பு தான் இருவருக்கும். தோவிடம் மனத்தில் இருந்த ஒரே தேக்கத்தை அன்று கேட்டே விட்டான். “தோ... தீங்க ரெண்டு பேரும் படு பிஸி... இருந்தாலும் எனக்கு ஒரு பேரணையோ, பெத்தியையோ பெற்றுத் தர வேண்டாமா?”

தோ கணனம் குழியச் சிரித்தான். “யம்மி... அந்த என்னமே எங்க ரெண்டு பேருக்கும் இல்லை... Dink Couple என்றால் என்ன தெரி யுமா.. டபுள் இன்கம். தோ டிப் பேயிலி.. எங்களைப் போன்ற அப்பேர்ட் மொனபல் எக்ஸிடியூய் வாழ்க்கையெல்லாம் இந்தக் குழந்தை. குடும்பம் என்ற சின்ன வளைபத் தையே சுற்றி வரநிலை. கல தானை, வெற்றி, பொருளாதார முன்னேற்றம் இதெல்லாம் தான் எங்க நோக்கம். அமெரிக்க Yuppies பற்றிப் படிச்சிருப்பீங் களே?”

“அமெரிக்காவிலே எப்படியாவது போகட்டும்... ஒரு குழந்தையாவது பெத் துக்கோ தோ...”

தோ சற்றே சித்தித்தான். “ஓ...பெ... யம்மி... கரேஷிடம் டிஸ்கஸ் செய்திறேன்.. மே...பி... ஐந்தாறு வருஷம் கழித்து...”

குழந்தை பிரந்தால் அது வளரும் வரை அம்மானைச் சார்ந்திருக்கும். அதனால் பெற்றவனின் கவனிக்கிப்பு சில காலமாவது தடைப்பதும், அதற்கு இப்போது நேர மில்லை. கரேஷாவுக்குப் புரிந்தது. குடும்பத் தின் வளத்திற்காகக் கணவன் உழைத்து சம்பாதிக்கும் போதும், கணவன் குழந்தை

“சோடு பேச்சாக தோ...” “கரேஷ்... நானும் ஒரு மாருதி புக் பண்ணியிருக்கேன்” என் றான். கரேஷா விவப்புடன் அவனைப் பார்த் தான். இவ்வளவு பெரிய விஷயத்தில் கண வனைக் கலந்தாலோசிக்க வேண்டும். அவன் கருத்தைக் கேட்க வேண்டும் என்று ஏன் தோ எண்ணவில்லை... “குட்... எப்போது அவாட்மெண்ட் கிடைக்குமாம்?” கரேஷ் சகஜமாக விவடினான்.

தோ பொருளாதார சிவாகக் கணவ னைச் சார்ந்த பெண்ணல்ல. கணவனைப் போலவே, அவ்வது அவனை விடவும் அதிக மாக சம்பாதிப்பவன். எனவே “ஏன்னா, காதுத் திருகு உடைஞ்சுடுத்து. இந்த மாதம் ரிப்பேர் பண்ண முடியுமா” என்று அவன் தயங்கித் தயங்கிக் கேட்க வேண்டாம். ஆற வுலகத்தில் பல லட்சம் ரூபாய்களை தினம் திட்டமிட்டுக் கையாள்பவன், வீட்டில் சில ஆயிரங்களை சரியாக உபயோகிக்க மாட் டானா என்று... இந்தக் கால ஆன் பிண்ண களும் இதைப் புரிந்து கொண்டுதான் “என் னைக் கேட்காமல் தீ எப்படி முடிவெடுக்க லாம்?” என்று அஞ்சைப்படுவதில்லை. பெண்களுக்குப் பொருளாதார கத்திரம் கட்டாமல் கௌரவத்தைக் கொடுத்திருக் கிறது.

மறுநாள் மாலை கரேஷ் டிஷனர் மீட் என்று நடு இரவுதான் திரும்பினான்... அடுத்த நாள் தோ டவரின் கான்பரன்ஸ் அண்ட் டிஷனர் என்று சென்றவன் பன் னிரண்டு மணிவாசியும் திரும்பாத போது கரேஷாவுக்குப் பதட்டமாக இருந்தது. அவன் ஸலட்டைப் போட்டுக் கொண்டு உலகிய வைப் பார்த்து கரேஷும் எழுந்து வந்தான்.

கன் தலையாக்காக மணையி உறவு, பதவிக்களைப் பேணுவதுடன், பொதுநிகத் தேவைகளையும், கணவன் பெற்றோர் தரும் பொருள் பலத்தால் பாதுகாக்கும் போதும், கணவன், மனைவி இருவருடைய கைத் தேவைகளும், திருப்பிகளும் பின் தள்ளப்பட்டிரு. குறும்பு தலத்திற்கு முக்கியத்துவம் தரப்படுகிறது. கை திருப்பியும், தேவைகளும் மாட்டிப் பூக்கிய மாகக் கருதப்படுகிறது உறவின குழந்தை கூட அத்தவாகவெய இக்கணம்... உலகம் திரையு மாறி விட்டது. பின்னரின் முன்னேற்றம் எழுதாய் அமைப்பை திரையு மாற்றி இருக்கிறது. என் மாமியார் காலத்திலிருந்து என் காவும் மாறியிருந்தது. என் வாழ்க்கையிலிருந்து என் மருமகள் வாழ்வு மாறியுள்ளது. இவ் தவிர்க்க முடியாது, மாறுதல் இயற்கை ஆனாலும் என் மனை வம்சம் வினங்க ஒரு பெரக் குழந்தையை எதிர்பார்த்திருது. நல்ல வேளை, சீதாபேயா, கரோஷோ இதற்கு மறுப்பு உறவில்லை.

"அம்மா சேலிக்கிறாய் இருவு யுன்னருக்கு ஏற்பாடு செய்கிறார்களோம். எங்கப் ப்ளெண்ட்ஸை எல்லாம் உங்களைச் சேதிக்க அனுமதிக்குக்கோம்..."

எனக்காக யுன்னரா... வேண்டாம் சீதா... எனக்கு யுன்னரிலெல்லாம் என்ன செய்யணும் என்று தெரியாது..."

"தீங்க எதுவும் செய்ய வேண்டாம் அம்மா... பீயுவுர்செய்ய... அது போதும்..."

பீயுவுர் செய்ப்... தீங்க தீங்கமாக இருந்தால் போதும். எவ்வளவு அழகான வார்த்தை...

சேலிக்கிறாய் கரோஷோ, சீதாவும், கசீலாவும் உண்மையானதில் சேர்ந்து புருந்து தேவியும், கொண்டாட்டமுமாக நன்றாக இருந்தது தற்போ விலையிலிருந்தும் கணவன், டீரீங்கல் எல்லாந் வாங்கி வந்தார்கள். மெனையை முண்டலில் தள்ளி கணவன் பொருட்களை வைத்து அவங்கரித்தார்கள்.

விருத்தினர்கள் அன்னவரும் இவ் வயது பேராடிகள். ஜீன்ஸ், சல்வார் என்று தாக்கமாக உண்டவணிந்திருந்தார்கள். பதவிசாகவும், புத்திசாலித்தனமாகவும் பேசினார்கள். சிரித்தார்கள். இருவராலும் டீரீங்கல்

அருத்தினார்கள். கால்களை மேலே மேல் தூக்கிப் போட்டுக் கொண்டார்கள். கசீலா அன்னவருக்கும் 'மம்மி' பாணான். 'மம்மி... நாய்க் டாக் கிட்ட சொல்ல மாட்டோம். ஒரு சின்ன பெக் கிஸ்கி சாப்பிடுங்க...' என்று உபசரித்தார்கள்.

கசீலாவின் இவ் வயதில் என்ன, இப் போதும் கூட இப்படிவெல்லாம் கணவனுக்கு சரிசமமாக சிரிக்கவும், அனுபவிக்கவும் முடியுமா... இவர்கள் எவ்வோரும் கஷ்டப்பட்டுக் கஷ்டகிரார்கள். கை திரைய எம்பாதிக்கிறார்கள். உணர்வுப் பின் பணை அனுபவிக்கவும் செப்பிறார்கள்.

மம்மி... தீங்க எங்க வீட்டுக்கு வரணும். ஏன் பின்னை ராஜாஸல் பார்த்தணும். இரண்டு வயசாகும் அவன் உங்களை விடவே மாட்டான்" அவனுடன் கதிய சீதாவிடம் அவன் மனைப் பற்றி விசாரித்தான். அவனும் அவன் செய்யும் விஷமங்களை விவரித்தான்... "ஆண்டி, ராஜயில் விஷமத்திலும், பிடிவாதத்திலும் அப்படியே அவய்மாதான்..." சீதாவின் கணவன் விவெக் குறுக்கிட்டான் இருவரும் கொஞ்ச நேரம் வாரி அகிகம் பொய்லாதலர் என் விவாதித்தார்கள் கசீலா சிரித்தான்.

அன்னவரும் இருவு ஒரு மணிக்குக் கிணம் பீய் பிறகு கசீலா, கரோஷிக்கும் சீதாவுக்கும் உறவினான். "ஏம்மா, எங்கப் ப்ளெண்ட்ஸ் தங்கலாம் உனக்குப் பிடிச்சிருக்கா?" கரோஷ் கேட்டான்.

"பிடிக்காமலா... எவ்வோருமே படு புத்திசாலிகள். அந்த உரமான பெண், அவா பேரென்ஸ் சீதா, அவளும் அவ் தலம்பெண்டும் ரொம்ப ஸ்லீட்..."

கரோஷ் 'குப்'பெனச் சிரித்தான். "விவேக் சீதாவோடா நல்லவன்..." இல்லை, அட்லீஸ்ட் இப்போது இல்லை. தேவியுடு கெதிர... தட்டன் ஆல்...

கசீலா திருக்கிட்டான்... கிட்டு கெதர்... அப்படியானால் திருமணம் செய்து கொள் ளாமவே சேர்ந்து வாழ்விார்கள். என்ன தான் வழிமுறைகள் மாறினாலும் இது அநிதம்... உடல் உறவு என்பது திருமணம் என்ற பந்தத்துக்குள் திரும்புவதற்குள் திரு மணத்தில் புனிதம் இருக்க முடியும்.

"விவேக் ஏற்கெனவே ஒருமுறை கூடவரில் ஆனவன். அதனாக்தான் இந்த முறை தூக்கிரதையாக இருக்க வேண்டும் டீரை பண்ணுகிறான்... சீதா வினக்கி ளான்.

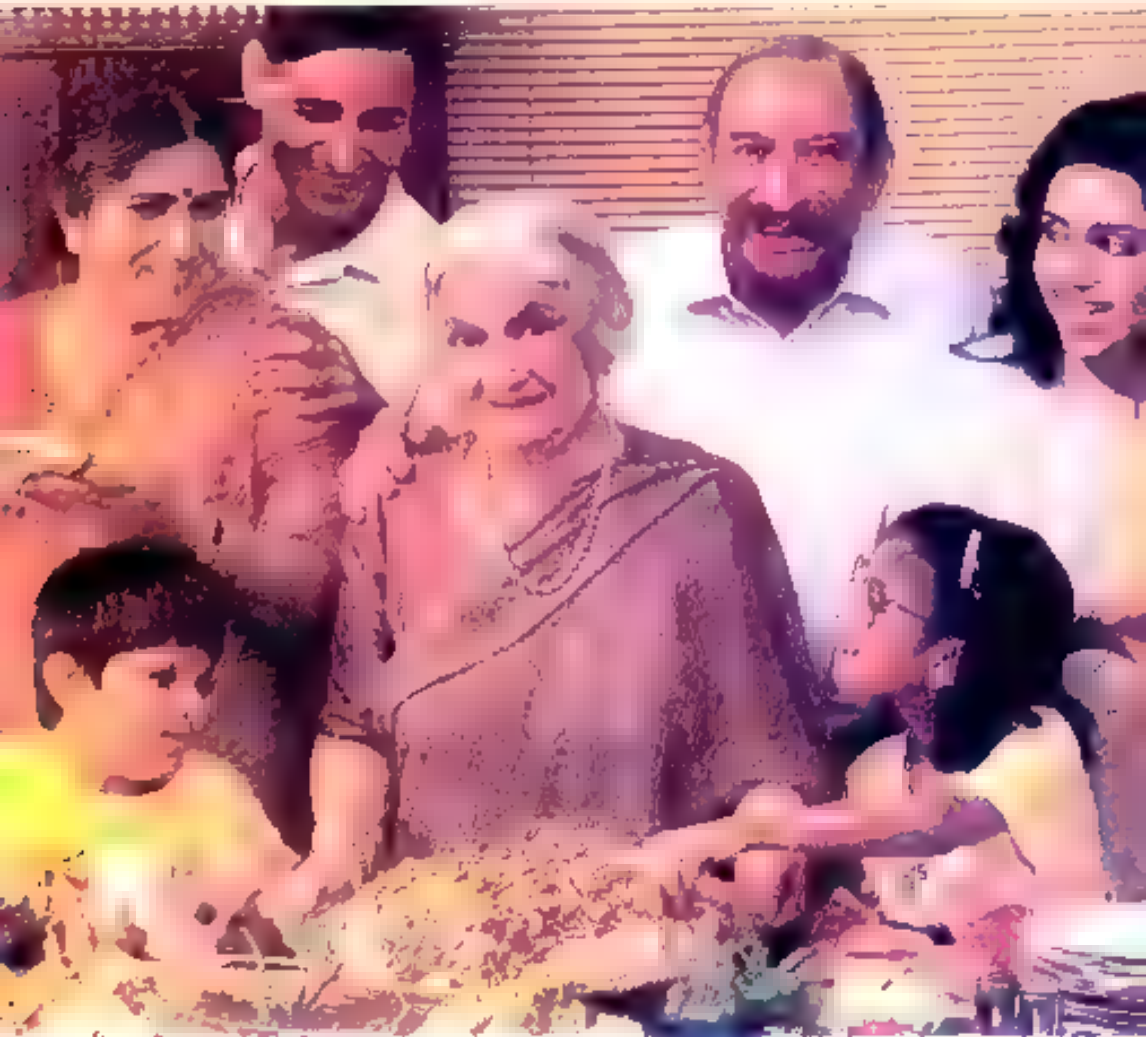
"ஐ டோண்ட் வைக் இட்ட இன்னுக்கு னுக்கு டெஸ்ட் டோஸ் கொடுத்தது பாசப் பது மாநிதி புத்திமான் உறவுக்கு டெஸ்ட் டோஸா..." கசீலா சற்றே கோபமாகச் சொன்னான். கரோஷும், சீதாவும் அவசரமாகப் பேச்சை மாற்றினார்கள்.

நானாக, நானாக கசீலாவுக்குக் கணவன் திணைவு ரொம்பக் கஷ்டப்படுத்திவது. இரண்டு முறை அவருடன் சிப்போனிலும் பேசி விட்டான். இந்த வாழ்வு மாறுதலுக்கு மிகவும் அற்புதமாகத்தான் இருக்கிறது.

'பிரெட்டிஷ்', ஓரத்தில் கெட்டியான கணவன்களை, கிளவு துத்திய மெல்லிய இண்ட் வகனாகக் கத்திச்சு. தாவிக்கும் என்னவெனில் பொன்னிறமாகப் பேசரித்து (குழப்பு காவடி இதக்கியபின்) குழப்பிப் (புனித் குழப்பு) போர்த் குழப்பு) கவந்தால் புதுவித் டெஸ்ட் இண்ட் குழப்பு. கவனடாம் வாழி குல இருக்கு.

— அன்னபூரணி.

“கூன்று தலைமுறையாகவே நாங்கள் உபயோகிப்பது போஸ்ட்மேன் மாத்திரமே”



போஸ்ட்மேன், இயற்கையாகவே”



போஸ்ட்மேன் மூன்று தலைமுறையாக உங்களுடைய ஆரோக்கியத்தில் இரகசியம் மயம் திகழ்கிறது. ஏனெனில் உணவின் கனவையும் ஈட்டித் தரும் கறியையும் எத்தமான் என்னைப் போஸ்ட்மேன் மட்டுமே. போஸ்ட்மேன் சிவப்பைப் பட்டை என்னென எந்தவித உணவை கைப்பதற்கும் எப்படியானது. இது உணவின் இயற்கையான கனவையும் அப்படியே விளக்கச் செய்கிறது. இப்போது உங்களுக்கும் புரிகிறதா? கடந்த 50 ஆண்டுகளாக எங்கள் எதற்காக போஸ்ட்மேனே உபயோகி கிறோம் என்று ஒரு...இனிமேல் ஆதாரங்கள் உபயோகிப்போம்.

பீர்தி

எம்.எக்ஸ்-7

தெலி டிஜிடி மிக்ஸர் கிரைண்டர்
450 வாட்டஸ் - 30 நிமிடம்
ஓர் - ஐயர் மோட்டர் மோத்ததற்பட்டது

2

ஸ்டெய்ன்லஸ் ஸ்டீல் ஐயர்
மோட்டர் மோத்ததற்பட்டது

ரூ.1350
மட்டும்



ஆயுள் கால இலவச காலிஸ்

பி.என். செ.யு.பி.சி. கோ (மேட்டாஸ்) பிரைவட் லிமிடெட்
10/10, ஸ்ரீராம் நகர், சென்னை 600 038
தொலைபேசி: 451700, 451747

சென்னை மிக்ஸர் அல்ல - இது ஒரு  நவாபிபர்

அவளையும் அவன் இருக்க வேண்டிய இடம் வேறல்லவா? இரண்டு வாரம் எவ்வளவு வேகமாக ஓடி விட்டது. இந்தக் குழந்தைகளின் மனநிலையும், தட்பும், அன்பும் இப்படியே தடிக்கட்டும். அதைத் தவிர என்ரு வேறென்ன வேண்டும்?

கரேஷுக்கும், சீதாவுக்குமென நென் குழல், முறுக்கு என்று செந்து டப்பாவில் அடுக்கினான். ஒவ்வொன்றிலும் தாது எடுத்து தன் பெட்டியிலும் 'பெட்' செய்து வைத்துக் கொண்டான். அவருக்கு இந்த தொக்கத் தீவினில்தான் ஆர்வம். இதைப் போல் பதினாத்து தான் அவனாரப் பிசுத்து இருந்து எவ்வளவு வருஷமாகிற்று ஏதோ கைக் குழந்தைகளைத் தனியே விட்டுவைத்தார் போல் மனக் படபடக்கிறது சிஞ்சிடுப்பு, கோபம், அகங்காரம் எல்லாம் இருந்தாலும் அவர் அருகாமையில் மிகவும் பாதுகாப்பு விடைக்கிறது. Emotional security...

சீதா பாதி தானியமே அறுவடைத்தி விடுத்து வந்து விட்டான். 'அம்மா, நீங்க கைக்குப் போன பிரகு விட்ட வெளிச் செந்து இருக்கும். தெக்கன்ட் டைம் அப்பா கையையும் அழைத்து வந்திருங்க... தாது மாசு மாதங்க இருக்கலாம் மயிர் சரிதா கியான் செப்தான். உங்களுக்கு ஸ்பை ஸ்பை கொல்வக் கொன்னான் அந்தாடு ஒரு பேட் தீயுல் வேற...' சீதா தயங்கினான். 'சீதாவுய், விவேக்கும் பிரியப் போகிறானாம்...' 'என்னது... ஸ்டவ்ஸா... இப்பத்தானே பார்த்தோம். செண்டு பேரும் ரொம்ப சந்தோஷமாகத்தானே இருத்தா...

ஆமாம்... ஆனா, விவேக்கிறகு கீசன் கார்ட் விடைச்சுறியா அவன் அமெரிக்க காலியே போய் செட்டில் ஆக விரும்பினான் சரிதாவுக்கு இங்கே தங்கப் பராக்ஷன். அவ சீனியர் வக்கீல் கபீர்ம் கோர்ட்டுய் விட்ட... தாவுக்கு வகுஷத்தில் இவ ரொம்ப பப் பெரிய ஆனாகி விடுவான். வினாக, இங்கேயொருத்தரும், அங்கே ஒருத்தருமா கஷ்டப்படறதை விட பிரிஞ்சிடறதுன்னு முடிவு பண்ணிட்டானாம்...

"அத்தக் குழந்தை ராஜா... என்ன சந்தித்து... அது எதிர்காலம் என்ன ஆனது.. அப்பாவுய், அம்மாவுய் ஏன் பிரிஞ்சானது இந்த வயலிலே புரியுமா அதுக்கு..."

சீதா பெருமூச்சு விட்டாள்... 'வருத்தப் பட வேண்டிய விஷயம்தான். எதிர்காலத் திட்டங்களைச் சரிவாகப் போட்டாமல் குழந்தை பெற்றுக் கொண்டது தப்புத்தான். அதற்காக சீதாவுய், விவேக்கும் தங்கள் ஸ்டிரிங்களை முழுத்தொடர் மறத்து விட்டுக் கொடுக்க முடியுமா? ராஜா... சீதாதாவுக வைத்துக் கொள்ளப் போகிறான். அவனும் வளர்ந்து அவனுக்கென்று வாழ்க்கை அமைந்தால், எல்லாம் சரியாகிவிடும்..."

"இவ அக்கிரமம்..." கசீலாவுக்கு 'ஓ வேண்டி அழைப்பம் போலிருந்தது. வாரோ பெற்ற குழந்தையின் எதிர்காலத்தை எண்ணி அவன் வருந்தினான்.

கரேஷுக்கும், சீதாவுக்கும் விதி அடிமை

புதிதான அன்பு என்பாதிக்கு பிசுக்கும் மனம் தீயே. உடனடியாகவே செத்துப் போகும். இதைப் புரது சந்திரா இரண்டும் உணர்.

கை அரைத்து விடை தந்தான்... ரெலீவிக் சீதா அரைவில் அவன் சித்தனை தான மிட்டது... 'உலகம் மாறி விட்டது ரொம்பவும் மாறி விட்டது. கய்தாசி தாட்களிலும், கடத்த முப்பது ஆண்டுத் திருமணத்திலும் அவன் ஏங்கி, எதிர்பார்த்த கத்திரும், பொருளாதார ரீதியாகவும், சமூக ரீதியாகவும் பெண்களுக்கு வந்து விட்டது. வர வேற்க வேண்டிய விஷயம்... அந்தாடு ஒரு பெரும் உண்மையும் அல்லவா வெளிப்பட்டு விட்டது.

உறவுகளில் அதிக சார்புத்தன்மை இல்லாமலாகி வந்திருக்கிறது. மறுக்க முடியாதது. 'எம்பாதிப்பவனா நீ என்னடி சொல்வே' என்று மனவிலைய எப்படியெல் வாழமா ஆட்ட வலகரும் கணவன்மார்கள். அப்படியும் அவனைச் சார்ந்து சமூக அந்தஸ்தும், உடல், கைமும் பெறும் பெண்கள் எக் காம் நிஜங்கள் தான்.

இந்தப் பெண்களுக்கும், ஆண்களுக்கும் பணம் பிரச்சனையே இல்லை தங்கள் தேவை களை, வெளி வேலைவாணாவும், வீட்டு நிர்வாகவாணாவும், சமைவவாணாவும் தாங் களே மொனீத்துக் கொள்ளும் திறமை உன் னது. ஆறுவகைப் பதவி இன்னொருவைய கணவன், மனைவி என்றில்லாமல், தனி யான சமூக அந்தஸ்து அளித்து விடுகிறது. உடம்பின் தேவைகளைக் கூடத் திருமணத் திற்குள் மட்டும் தேட வேண்டிய அவலிய மின்றி, வெளி உறவுகளும் ஏற்கப்படுகின் றன.

இரண்டு தனி தபர்களில் உட்பு உறவு திருமணம். அது தேவைக்காக இயங்காமல், தட்புக்கும், அக்புக்காகவும் மட்டும் இயங் கும் போது பரிசுவது அதன் விளைத் தன்மைகளிலையோ?

பொருளாதார மேம்பாடும், பெண் கத்திரமும் உட்கட தாடுகளில் திருமணம் என்னும் புனித கந்தாபனம் ஏன் நிலவக் கில்லை என்று புரிந்தது... தனி மனித மேம் பாட்டின் விளைவு சமூக அமைப்புகளின் விழ்ச்சி.

"பிண்ணப்பாதின அனுபவிச்சொக்கும்.. இங்கே மறுகைச் செய்தானா, இருக்கா னாண்டு தினவாவது இருந்ததா? என்னு வேண்டுமென்றே குத்திக்காட்டும் கணவ னின் மடியில் படுத்துக் கொண்டு அழ வேண்டும் போலிருந்தது.

இப்படிச்

சொல்ல விரும்புகிறோம்!

* அக்டோபர் 88 மங்களகரமான பௌர்ணமி நேரத்தில் எங்கே இருக்கிறீர்கள்? என்ன கட்டுரை வெளியிட மனசில்? சி. அடுத்த பக்கம் நீங்கள் பிரேமினப்பாய் கவர்ச்சியாகத் தந்துள்ளீர்களே. விவரப்பாடு உள்ளது! 32, 11 மணி இரவு - 4.

* "பூதி துணி" தெரிந்த பெயர். காமோதா - தெரியாத பெயர். படக்கதை நல்லது. அனைத்துக்கும் தெரிய உணர்வு மங்கலம் மலருக்கு எத்தனை முறை தள்ளி கூறினாலும் தரும். பா. ருப் கதைகளும் மிகவும் அருமை. வசவதாரா. சி. ஆர். தாகராஜன்.

* "மாமெல்லாம் போதி மாட்டே" கட்டுரை மிக மரம், கொடி, கொடிக்களிடமிருந்து நாய் வாழ்க்கையில் கற்றுத் தெரிந்து கொள்ள வேண்டிய தத்துவங்களை வெறு அழகாகத் தெரிவித்துள்ள தோஷிணி அவர்களுக்கு என் மனமார்த்த பாராட்டுக்கள். 26, 11 மணி பம்பாய் - 5.

* அக்டோபர் 88 மங்களகரமான பௌர்ணமி நேரத்தில் "இந்த மாத தாரி பவுஸ்" என்ற பக்கத்தில் "வயல்பு 88" என்று கொட்டி அடுத்த பக்கத்தில் உள்ளீர்கள். தவறு. அக்டோபர் 88 என்று இருக்க வேண்டும். சி. சென்னை - 1, தியாகராஜன்.

* "நிமித்து நின்றுங்கள்" கட்டுரைப் பகுதி மிகவும் அருமை. ஓய்வோடுவரும் தாய்கள் சொல்லும் தவறுகளைத் திருத்திக் கொள்ளத் தளவரமான கட்டுரை. ஒருவரை ஒருவர் எப்படி நடத்த வேண்டும் என்பதை இக்கட்டுரையில் நல்ல தெரிபாடலாகவும் தெரிந்து கொள்வார்கள். 12, உதாரணம். விழுப்புரம்.

* "பண்டுகளில் உறவு பேதங்கள்" என்ற தலைப்பில் மாவதி சந்திரசேகரன் அவர்களின் கட்டுரையில் உள்ள அனைத்துக் கம்பவங்களும் துற்றுக்கு நுறு உண்மையே. எத்தனை முறை அந்த அறுபலம் விடைத்தாலும் இப்பொழுதும் படிக்கும் போது திருத்திக் கொள்ளத் தோன்றுகிறது. அவர்களுக்கு என் மனமார்த்த பாராட்டுக்கள். சென்னை - 41, திரிமலா.

* "சோதனை மேல் சோதனை" கட்டுரை மிகவும் ரசிக்கும்படியாக இருந்தது. சில சோதனையான இக்கட்டான அனுபவங்கள் கூட எப்படி தகைக்கவை உணர்வோதும். இவ்வகைய சோதனையோடு என்ன பாரிக்க முடியும். எடுத்துக் கூற முடியும் என்பதற்கு இதுபோன்ற கட்டுரைகளை என்றாலும். தெற்கலா ஸ்திரன். சென்னை - 83.

* தமிழ்த் தினாபுலனில் 9.30 கட்டி வரும் விஜயலட்சுமி கிட்டி கிறப்பாக இருந்தது. தவறு தெரியாப் பணியில் உள்ள சி. மங்களகரம், வகுத்தங்களை. தவறு தொழிலில் உள்ள கட்டுப்பாட்டை அவரது பதில்களில் இருந்து புரண்டதாக உணர் முடிந்தது. பி.பி.யில் வெளியிட்ட பங்களி விஜயலட்சுமி கிட்டி கைழப்பம் பிமம்படுத்திக் காட்டியது. மதுரை - 1, என். ராஜ்.

* ஓய்வோடு வீட்டிலும், காமாட்சி பி.பி.யுமாயி லிசொலமான, கைவரமான மனது உடைய பாட்டியோ, பெரியவர்களோ இருந்தால், அந்த வீட்டில் வளரும் இளத்தலை முறைவின் மிகவும் கொடுத்த வைத்தவர்கள். சென்னை - 81, தாமசி ராஜன்.

* பஞ்சமுக விநாயகர், பஞ்சமுக சூரர் போயர். ஆகிய தெய்வங்களில் படக்கதை பிரகரித்து அவற்றைப் பற்றிய விவரங்களைத் தொகுத்து அளித்ததற்கு என் மனமார்த்த கொடுத்த தள்ளி. மொத்தத்தில் தவிரத்திற் தெய்வத்திற் அட்டகாசம். பிரபா சரவணன். திட்டக்குடி.

* தவிரத்திற் தெய்வத்திற் தெய்வப் பிரகாரமாய் "இரு"யில் படக்கதை இரண்டு தெய்வங்களுக்கு அமைதி இருந்தன என்பதை வகுத்தத்துடன் சொல்லிக் கொள்கிறேன். பெண்மையை இழிவு செய்யும் சீக்கனையப் படம் எடுக்கும் போது ஏற்படும் மனோநிலை பற்றிக் தெரியாவுமளிடம் தாய்க்க கோபத்துடன் வெக்டி கேட்டிருக்கும் மங்களகரம் மலரில் இப்படி ஒரு கவனக்குறைவா? திருச்சி, ரேணுகாதேவி.

செய்யலாமா?

தஞ்சாவூர் பத்திரிகை தளவாளர் சத்தியமூர்த்தி
தீபவொளியில் பாங்காக மிளிர்ந்திட...

3



சுமாவசில்கஸ்

வகல் பந்தர் சத்தியமூர்த்தி
67 நகராட்சி துறைகள்

மகளிர் சங்கங்கள்

கைலாசபுரம், திருச்சி - 14.

எங்கள் கைலாசபுரம் மாதர் சங்கம் சமீபத்தில் நடத்திய விழாவில் பல மாதா சங்கங்கள் அழைக்கப்பட்டு 'வேலுக் டெலண்டிஸ்' என்ற பெயரில் அவர்கள் நிறைமையை வெளிப்படுத்தியே போட்டிகள் நடைபெற்றன. இவ்விழாவைத் தொடர்ந்து வைத்தவர் பிராசிரியை திருமதி. பாக்யா சரஸ்வதி ராமநாதன். விழாவின் நிறப்பு விருத்தினராக அனுராதா ரமணி அவர்கள் கலந்து கொண்டு போட்டியில் வென்றவர்களைப் பாராட்டி பரிசுகள் வழங்கி நிற்பித்தார்.

இவ்விழா அனைவராலும் பாராட்டப் பட்டு கொலாகலமாக நடந்து முடிந்தது. இப் போட்டியில் சிகரமாக அமைந்தது பங்கோ லிப் போட்டி. இருபதுக்கும் மேற்பட்டவர்கள் கலந்து கொண்டு, வரும் ஆண்டு வெள்ளி விழாக் கொண்டாட, எதிர்நோக்கி யுள்ளது எங்கள் மாதர் சங்கம்.

பிரேமா திருவண்ணாமுத்தி, தலைவி.

விஜயா சிவசுப்பிரமணியம், செயலாளர்.

சங்கர் நகர், திருநெல்வேலி மாவட்டம்.

இத்தியா சிமெண்ட்ஸ் மகளிர் மனமகிழ் மன்றம் செப்டம்பர் மாதம் நடைபெற்று ஆண்டு விழாவினைக் கொண்டாடியது. நெல்லை கட்டிபொம்மன் மாவட்ட அட்சியாள் துணைவிவாதி திருமதி. சுபதா ராமன் திகழ்ச்சிகளுக்குத் தலைமை தாங்கினார். மன்றத் தலைவி திருமதி. ராஜலக்ஷ்மி வேலுநாதன் வரவேற்புரை வழங்கி, இம் மகளிர் மன்றம் மகளிர் சமுதாயப் பொருளாதார முன்னேற்றத்திற்கு வழி வகுப்பதில் அக்கறை காட்டுவதாகக் குறிப்பிட்டார்.



சங்க காரியதரிசி திருமதி. மீனாட்சி ராமசுந்தரம் சங்க அறிக்கையை வாசித்தார்.

ஸ்ரீரங்கம் திருப்பதி வேலு முத்துசாமிநின் ஸ்ரீரங்கம் பரத நாட்டிய உலக மாணவிகள் வழங்கிய 'உத்தம் காவியம்' நாட்டிய நாடகத் துடன் விழா இனிது முடிவடைந்தது.

ராஜலக்ஷ்மி வேலுநாதன், தலைவி.

பாபநாசர் காரதா மகளிர் மன்றம்

மகளிர் சங்கத்தின் 2-வது ஆண்டு நிறை விற்கு விசேஷ விருத்தினராக கும்பகோணத் தின் பிரபல சிறை செவகி திருமதி. வனிதா சேதுராமன், வந்திருந்தார்.

னைமுற்றொருக்கு உதவிகள், ஏழை களுக்கு பண்டுகள் நாட்களில் பொருள், துணிமணிகள் உதவிகள், வானொலி திருச்சி யில் 'பூவைவாழ் பூங்கா'விற்கு திகழ்ச்சி அளிப்பது, ஏழை மாணவ மாணவியருக்கு இலவசப் பொதுணை முறைகள் இப்படியாக எங்கையாவன சேவையைச் செய்து வருகிறோம்.

குடும்பத் தலைவிகளைத் தவிர படித்து

பட்டம் பெற்ற ஆசிரியைகள் தங்களுது வேலையுடன் சங்கத்தின் முன்னேற்றத்திற்காகவும் அரும்பாடுபட்டு, இன்னுக்கத்துடன் உழைத்து வருவது எங்கள் மன்றத்தின் விசேஷ அம்சம்.

கல்பகம் நம்பு, தலைவர்.

மகளிர் மன்ற விழா

கடந்த வருடம் செப்டம்பரில்தான் எங்கள் சென்னை மகளிர் மன்றத்தினுக்கு உலகத்தினோம். எங்கள் மன்றத்தின் ஆரம்பத்தில் எவ்வளவோ இன்னல்கள், துன்பங்கள், குழப்பங்கள், மனவேறுபாடுகள் இருக்கத்தான் செய்தன. இதில் உறுப்பினராவதற்கு எவ்வளவோ பேர் தவறினர். நாளடைவில் எங்களது சனாக சேவை யானது எங்கள் ஊர் அனுகூலமளிப்பதன் கிராமங்களுக்கு மிகப் பெரிய அளவில் தேவைப்பட்டது. அதனால் எவ்வளவோ தாழ்த்தப்பட்ட மக்கள், ஏழை எளியவர்கள் பயன்பெற வாய்ப்பு கிடைத்தது. எந்த ஒரு முடிவையும் எங்கள் ஊர் பஞ்சாயத்துத் தலைவர், மரும்கு ஊர்ப் பிரமுகர்களை வைத்து எடுத்து, எங்கள் சேவைகளை செய்து வந்தோம். கடந்த மாதம் செப்டம்பர் முதலாம் ஆண்டு நிறைவு விழாவினைக் கொண்டாடினோம்.

முதலாம் ஆண்டு முடித்து இரண்டாம் ஆண்டு தொடக்கத்தில் இருக்கும் "சென்னை மகளிர் மன்றத்தின்" உறுப்பினர்கள் அனைவரும் ஒன்று சேர்ந்து, "எங்கள்

சேவை வளர, ஒற்றுமை ஒங்குக. எங்கள் உறுப்பு கிராம சமுதாயத்திற்கு" என உறுதி மொழி எடுத்தவாறு மிகச் சிறப்புடன் விழாவினை முடித்தோம்.

சுலைவர்: வி. பெற்றெர் அன்டொனி.



திரிபுக் 1961

அசோக் தா, சென்னை.

கலைக்கும் கல்விக்கும் இருப்பிடமாய், மனத்தில் நிலையாக நிற்கும் கலைவானி யில் திருதாமத்தை கம்பீரமாக ஏற்று அமைந்த அமைப்புதான் எங்களின் கலை வானி மாதம் தல சங்கம். இந்த அணிவின் தோக்கங்களுப் பிட்டங்களும் பின்வருமாறு:

1. வளர்த்து வரும் பெண் சமுதாயத்தை தாங்குதோறும் பாதித்து வரும் இன்றைய சனாகப் பிரச்சனையான வரதா'வினை கொடுமை ஒழிப்பு.
2. திருமணம் என்பது பத்தத்திற்கு அடிப் படைமான தூதக பரிவர்த்தனைகளை இவையெனாக செய்து கொடுப்பதுடன் நில வான அகற்றத் தேவையான பொருத்தமும் பார்த்துக் கொடுத்தல்.
3. அடுத்த கட்டமான திருமணத்தில் ஏற் படும் சிர்வரிசை கிசுக்களை நகல் முறை யில் தீர்த்து வைத்தல்.
4. சனாகத் தொண்டு செய்வோர்களுக்கு தேக்கரம் தீட்டி உறுதுணையாக இருந்து உதவி புரிதல்.
5. கண்ணிழந்தோர்களுக்கு வேண்டும் உதவிகளைச் செய்தல் முதலியன.

இந்தக் குறிக்கோள்களுக்காக பாடுபடு வதே எங்கள் தோக்கம்.

பாமா சகவர பாபு, தலைவர்.

— சென்னை.
செயலாளர்.



பிரிபுக் 1961

இந்தப் பகுதியில் மகளிர் மன்றங்களின் விழாக்கள், விசேஷ திகழ்ச்சிகள், அறிக்கைகள் முதலியவற்றை வெளி விடுகிறோம். ஆர்வமுள்ளவர்கள் அனுப்பலாம். புதைப்பட மும் அனுப்பலாம்.

ஐழுவான் மணிவெயல் அழவானே?
பழகாத உலகில் என பொன்னுருகு அத்தியனே?
பாசக் கையாண்ப்பிவ பாதுகாக்க தவனிழக்க
பாப்பா ஒண்புட்ட பாய் மதுகடு?



© JAL 1996

குழந்தையின் அருமையை அறிந்தவர் தாயன்றி வேறு யா



சூரியிரான உங்கள் பிரன்புக்கு- நூறுண்டு வாழ்த்தும் பராமரிப்பு

உங்களை உங்கள் பாப்பாவுக்கு ஆதரவு
கொடுத்தி வேறு யார்? அதன் பச்சிள மேனியை
பராமரிக்கும் தகுதி வேறு யாருக்கு உண்டு.
ஒரு நாறு ஆண்டு காலமாக பரப்பாவின பச்சிள
மேனிப் பராமரிப்பை கண்டறிந்தவர்கள் உங்கள்
...தூதர்கள் அனாட் நூதர்கள். எங்களுக்குத்
தேசியும்—பரப்பாவின மேனிப் பராமரிப்பு,
முன்படத்தக்கது. ஆகவேதான் முப்பத்தி
துங்கைய பொருட்களை மட்டுமே அவதூறு
உருவாக்குகிறோம். ஒவ்வொரு தயாரிப்பும்
பரிசோதனைக்கு பங்குதர தேதி வருகிறது.
எங்கே அருகாமையில் அருகாமையானதே உங்கள்
குழந்தையை அடைகிறது.

உங்கள் குழந்தையின் பராமரிப்புக்கு வேறு
சகலரையும் கவனிப்பீர்கள்...உற்பத்திகள் முடியுமா?

குழந்தைப் பராமரிப்பு பற்றி இவ்வாறு தன்மும்
முந்தலம் பெற்றிட அலுவலகம் திக்குவதற்கு:

பேரி ரேர் அட்டவரை, தூக்கம் அனாட்,
தூக்கம், சி.டி. பரண் 9301,
மும்பாய்-400 036.



ஜான்சன் அனாட் ஜான்சன்

“சிவகா நஞ்சு யாரும் கூட யாது!?”



“கலைஞனை கலைஞனா மதிக்க
ணும், ஆனா இப்போதைய சினிமா உலகத்
துல அது இல்லை. நான் இன்னிக்கு
கிபிட்டுல இன்னவங்கறதால இதைச் சொல்
றேன்னு நெனைக்காதீங்க. எனக்கு இருக்
கிற ரசிகர்கள் என்னைக்கும் இருக்கறதான்
இருக்காங்க. நான் பாக்கற டைக்ரிலிஷயங்
கள் இந்த மாதிரி பேச வைக்குது...”

என்றார் இலட்சக்கணக்கான ரசிகர்
களைத் தம் குரலால் சொக்க வைத்துக்
கொண்டிருந்த எம். ஆர். சல்வரி.

பத்திரிகையாளர் என்று சொன்னவுடன்
அவருக்குப் பலவித சந்தேகங்கள்.
“ஐயையோ, நான் ஒன்னு சொன்னா

அவங்க ஒன்னு போடறாங்க. அதனால
தான் பயமா இருக்கு. நீங்க வேடிக்கறதான்
மனசு விட்டுப் பேசலாமென்றுதான் சரில்
னேன்.” என்றிரார் இன்மை மங்காத எம்.
ஆர். சல்வரி. பேச்சில் அந்த ‘கலைர்’ குரல்
தன்னை காட்டுகிறது. பேட்டிக்கிடையேயும்
‘டக்’ ‘டென்று’ தன் பிரபலப் பாடல்களை ஒரு
வரி எடுத்துப் பாடி கண்டி இருக்கிறார்.

“இரைப்படத் துறையில் ஒரு பின்னணிப்
பாடலியின் இடம் என்ன...? அவர்களுக்
குரிய மரியாதை கிடைக்கிறதா...?” என்ற
போது திறத்தி திதானமாகப் பேசினார்:—

“எங்க காலம் தொழிலைத் தெய்வமா
மதிச்ச காலம். சாயங்காலமானா பெண்கள்

வீட்டுக்கு வந்துட்ட காலம். அதிகமாப் போனா எட்டரைக்கெல்லாம் நான் வீடு திரும்பிடுவேன். எவ்வாறும் உட்கார்ந்து பேசி பாடி... அவ்வளவு அருமையா இருந்தது. எங்களைச் செல்லும் ரொம்ப மதிப்போட நான் நடத்தியாங்க.

கலைஞர்கள் மதிக்கிறவல அபேரா அவரை மிகுதி வேறே யாரும் கிடைக்காது... என்னுடைய சிவசுப்பாட்டு கட்டிக் காட்டுகிறார்.

அங்கே மறைத்த முத்துவளக்காரி எம். ஜி. ஆர்., எல். ஆர்., சுல்லாசிக்குப் பொன்னாடை. போர்த்துவது போலப் புணக்கப் பட்ட மாட்டப் பாட்டுகள்தான்.

"கலைவாணர் அரங்கத்திலே அவரோட வாழ்க்கையில் இன்னொரு சிறந்த முக்கிய மான் கலைஞர்களைக் கௌரவிக்கிறதுக் காக விழா எடுத்தார். எங்கு பி. கவிதா. டி. எம். என்., எம். எஸ். லி. கிரு. அஞ்சு சுவர்ண பதக்கம் கொடுத்தார். அவர் கொடுத்தார் பத்ததால் சொல்லுவை. ஒரு கலைஞர் எங்கு ஒரு எவரிடில்வர் பூக்கூட கொடுத்தார். அதை இன்றைக்குப் பத்திரமர் வச்சிருக்கேன். கலைஞர்களுக்கு உணவாய்மை கௌரவமுமே அன்புந்தான்" தேவை.

ஆனா இன்றைக்கு அப்படி இல்லை. பணப் தான் பேசுகிறது. டைரக்டர். இளையாணம் புரனர். பின்னணிப் பாடகர் எல்லோரும் உட்கார்ந்து பேச முடியும். எங்களுக்கு ஏதாவது யோசனை தோணினா சொல்லவும் முடியும்.

இன்றைக்கு அப்படி இல்லை. 'நான் என்ன சொல்றேனோ அதைத்தான் தீ பாடணும்' என்கிறார்கள். ஏதாவது பேசினா, -ஆ. இல மன்னாடக்காலம் பிடிச்சை' என்கிறார்கள்.

இன்றைக்கு ரேடியோவில்லும், டி. லி. வில யும் பாடல்கள் தொட்டிந்து வரணும்னா பாட்டி தேவைப்படுது; பணம் தேவைப் படுது. அதே மாதிரி தொட்டிந்து புர ணும் வரணும்; பணம் தேவைப்படுது...

என்கிறார்.

"உங்க குரல் செல்லியான குரலுனு சொல்லுங்க. ஆனா இப்போ பாடல்கள்லேயே அந்த மாதிரி இருக்கே..."

முன்னாடி செல்லியான பாடல்கள்லு காப்பிரே டான்ஸர்தான். அடித்துப்போடுவா, இப்போ ஹீரோயினே அடித்துப் போடறாளை... அப்போ அந்த மாதிரி பாட்டுகளே வரும். நான் குரல்ல அந்த மாதிரி கிளர்ச்சியூட்டக் கூடிய வகையில் பாடினேன். இன்னிக்கே டெலிவரி நோத்துவ முக்கறா மாதிரி பாடறாங்க... ஆஸ்பத்திரி மாதிரி ஆயிடுச்சு... என்ன பண்ணது... அதுமட்டுமில்லே...

"வெக்காத ஆச வெங்காய தோசை..."

அப்படிண்டு பாட்டு... என்னமா பாட்டு இது...? கவிதா ரோட, கவிதை சினிமாவில் செத்துப் போச்சு... என்ன பாட்டுங்க பாடி கிருக்காரு... "பொன்னை கிருப்பும் பூமி யினோ..." "கல்வெல்லாம் மாணிக்கக் கல் வாகுமா எந்தவாவது மறக்க முடியுமா..."

நான் இடைமறித்தேன்.

இப்போ அந்த மாதிரி மறக்க முடியாத பாட்டுடல்லாம் வராததற்குக் காரணமா ஒண்ணைச் சொல்லுங்கனே... அதாவது அப்போ வருஷத்துக்கு நாலங்க பாடல்கள் தான் வந்துக்கிட்டு இருந்தது. ஆனா இப்போ ஹம்பது, அறுபது பாடல்கள் வருது. அதனால நிறைவு பாட்டு வந்துட்டதால ஒரே பாட்டு திரும்பத் திரும்பக் கேட்கிற ஆம் நினை இல்லை. அதனால்தான் திக்கற இல்லை என்று சொல்லுங்கனே...

"தெரியுதில்லே...? அப்புறம் ஏன் அந்த மாதிரி திறையப் பாடல்கள் எடுக்கறாங்க? அமாவாசைக்கும், விஜயதசமிக்கும் நூத்துக் கணக்குவ படத்துக்குப் பூனா போடறாப் பதா எக்கனா பாட வானது? எவ்வளவு





பேர் பொருள் படிபாடி தலைவராகத் தலித்திற்கு உதவினார்...? என் இந்த மாதிரி...?

"என்னை வந்து கேட்ட சங்கரிலா நான் தீர்மானமாகச் சொல்லவேண்டும்: 'எனில் இருக்கிற நிலத்தை எல்லாம் வித்து சிவியா எடுக்காதீங்க. பிபாய் ஒழங்கா வீவசையத்தையப் பாருங்க' என்று...

இதுதான்மே இன்னறக்கு இருக்கிற பிரச்சனை. லாரி என்ன பண்ணலாம் என்று ஒரு விஷயத்தையே இல்லாமல் போச்சு. அதுவும் ஒருத்தருக்குக் கொஞ்சம் வெற்றி கிடைச்சிருக்கன்னா எல்லாம் தானே பண்பிறன்னு சினம்பிடறாங்க. எழுதறது, கமிட்டென் பண்ணது, பாடிறது சேவறும் இவங்கதான்மாம். ஏன்மே, தானு பேர் பொன்றக்க வேண்டாம்...



"கம்பிபூட்டராம், ப்ராக்காம்... இதனால் எத்தனை வாஸிலிஸ்ட்கள், பிள்லனி இளை யணம்பாளர்கள் வயத்துல மண்ணு விழுத் திருக்கு தெரியுமா...?"

"பட்டத்து 74ணி..." பாட்டுக்கு மட்டும் தாத்தி ஐம்பது ரூபி 'குரூப்'ல இருத்தாங்க. தாங்களாலம் அந்த மாதிரி தானு பேர் பொன்றக்க வாழ்ந்தோம். ஆனா இப்போ இருக்கிறவங்க எணக்கே கொடு. இவ்வேன்ளா என் தம்பிக்குக் கொடுத்துடுங்கற மாதிரி இங்குக்காங்க.

"கலாவும், இல்லை, கணரவும் இல்லை, காக ஒண்ணுதான் இங்கிக்கு ஸ்பீக்ரூல இருக்கு..."



என்று பொரிகிறார்,

"இந்த மாதிரி இளை தலியா, பாட்டல் தலியா பதிவு செய்யறது அப்போ இருக்கச்சொ..."

"நிச்சையமா இல்லை, காரக் கணக்குல தாங்கரிகாச்சல் பாரப்போம். 'காதோடு தான் நான் பாடுவேன்...' பாட்டுக்கு பாலச்சந்தர் விரிவா எஸ்டிட்டே. அந்த சிச்சுவேஷனைச் சொன்னார், ஐரு அப்பாவியப் பொண்ணு, தான் கல்யாணம் பண்ணிக்கிட்ட கணவன் லிட்ட மொதன் மொதலாப் பேசும்போது எல்லளவு வெட்டப்படுவா. அதெல்லாம் உங்க குரால் வரணும்...னு விரிவா சொல்வாரு. தாங்களும் அதுல ஸயிச்சப் பாடுவோம், இப்போ அந்த ஸீவனெல்லாம் எங்க... இவரு வீட்டுலேருந்து டீபுன் போடுவாரு... அவர் வீட்டுலேருந்து பாடி அனுப்பிச் சிடுவாரு... ரெண்டுத்தையும் சேர்க்கும் போது அதுல 'உயிர்' எங்கே இருக்கும்..."



மேகம்
மற்றும்
புதிய படைப்பு.

ஷார்ட் வெர்மிசெல்லி.

அதிக கனவயுள்ள உப்புமாவும் கிச்சடியும் தயாரிக்க



பெருவிலை

ஷார்ட் வெர்மிசெல்லி

- மிக உயர்ந்த தரத்தைக் குறிக்கும் கிரீம்-மஞ்சள் வண்ணம் கொண்டு.
- நாட்டுவதை தவிர்த்து பழுத்தெனும் கவனத்துடன் தயாரிக்கப்பட்டது.
- மிக உயர்ந்த கனவையுடன உப்பு, கிச்சடி, உப்புமா, புஷ்ய, ஸாஸம், கீர் மற்றும் ஹவ்வா தயாரிக்க இவையும் ஏற்றது.

உ உ

ஷார்ட் வெர்மிசெல்லி

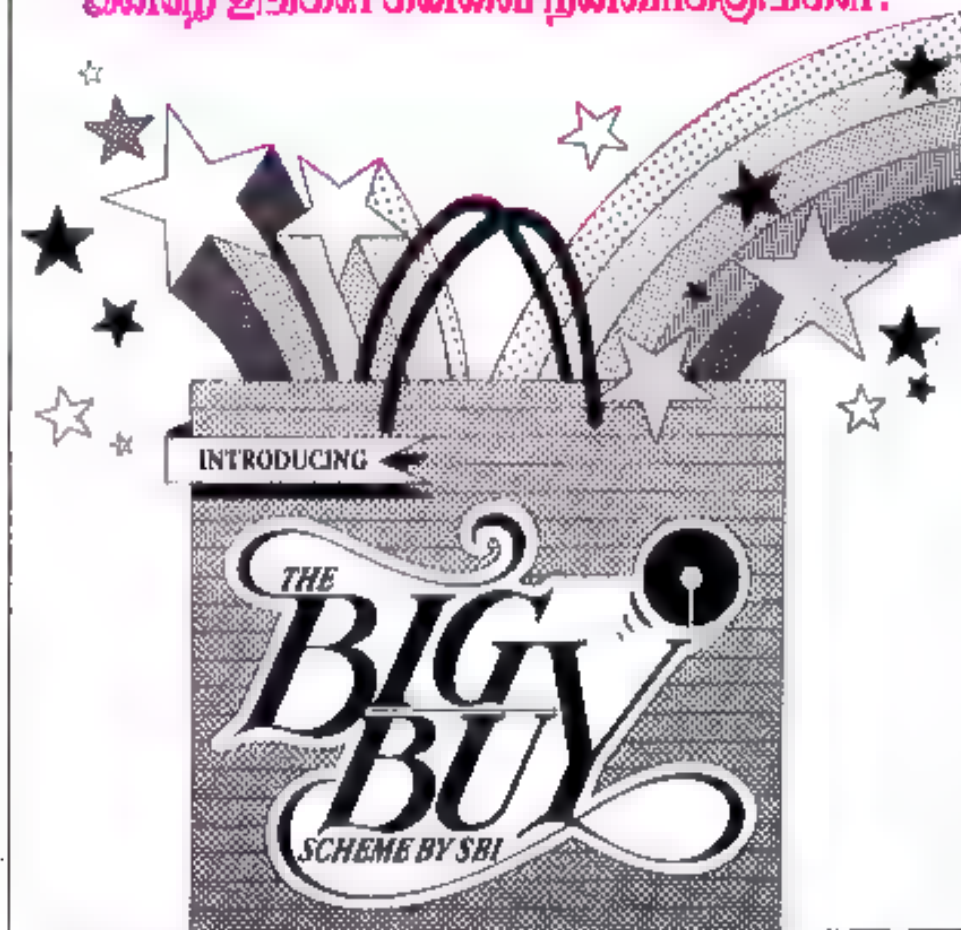
உயர்ந்த தரத்தைக் குறிக்கும் கிரீம்-மஞ்சள் வண்ணம் கொண்டு.

உ உ

மிகுந்த தரத்தைக் குறிக்கும் கிரீம்-மஞ்சள் வண்ணம் கொண்டு.

உயர்ந்த தரத்தைக் குறிக்கும் கிரீம்-மஞ்சள் வண்ணம் கொண்டு.

**ஸ்டீட் பாங்கிலிருந்து கடன் பெற்று,
இன்றே உங்கள் கனவை நனவாக்குங்கள்.**



"இந்தப் பத்து வருஷமா நீங்க நிறைய பத்திப் பாடல்களைப் பாடறீங்க. ஓரளவு உங்க வாழ்க்கையே இதனால் மாறிவிடுகிற இல்லையா...?"

"அதனால் எனக்கு ஒண்ணும் வருத்த மில்லை. மாறா ஒரு விசேஷம். ஒரு நல்ல தான் ஒவ்வொரு கோயிலிலேயும் என் பாட்டு ஒலிக்குது. அது எனக்குக் கிடைச்ச ஒரு பூர்வ புண்ணிய பலனாத்தான் நான் நினைக்கிறேன். நிறைய கச்சேரிகள் செய்ய வேன். எனக்கு மேரியும், மாரியும் ஒண்ணாத தான் தெரியறாங்க. எனக்கு எந்த வேறு பாடும் தெரியலை..."

இந்த மாதிரியான தொழில்களில் நேரம், காலம் மார்க்கமே முடியாதே... பெண்



எனக்கு இது சரிப்படுமா...? அதுவும் நிறு மணம் என வந்துட்ட பிறகு...?

"...சினிமாத் தொழிலிலே இருக்கிற பெண் கள் கல்யாணம் பண்ணிக்காம இருக்கிறது நல்லது. ஏன்னா, எனக்குத் தெரிஞ்சு, கல்யா ணம் பண்ணிக்கிட்டு ஒரு சினிமாத் தொழி லைச் சார்ந்த பெண்கூடச் சந்தோஷமா வாழலை. கல்யாணம் பண்ணிக்கிறவன் நிச்சயமா அவனுடைய பணத்துக்காகத் தான் பண்ணிக்கிறான். அவனுக்குத் தேவை யான பணம் சேர்த்தவுடனே அவனைத் துன் புறுத்தறான். இன்னிக்கு எல்லா சினிமாப் பெண்கள் வீட்டையும் இதுதான் நடக் குதி..."

இப்படித் தீர்மானமாகப் பேசும் இவரின் எதிர்காலத் திட்டங்கள்தான் என்ன...?

"நான் அதைப் பத்தி நினைக்கிறதில்



லைம்மா, சினிமாவிலுக்கெல்ல வாய்ப்புக்கள் இருக்கிற வரைக்கும் அதைப் பயன்படுத்தி கல்யாணம், ஒரு கனவுகுறையாட கொளவம், தன்னம்பிக்கை சூறையாட அந்த நேரத்துல வாழ்ந்துடறதுதான் நல்லது. நான் அப்படித் தான் இருந்தேன். இப்பவும் நிறைய பத்திப் பாடல்கள், கேசட் எல்லாம் கொடுக்கிறேன், என்னை நல்லபடியா அந்தத் 'நாய்' வாழ வுக்கக்கிட்டிருந்தான் இருக்கா..."

"கனடசியர் ஒரு கேள்வி. நீங்க எல்லா வோ பாடல்கள்லாம் பாடினீங்க. அதுல உங்களுக்கு ரொம்பப் பிடிச்ச பாட்டு எது...?"

"பனிங்கினாய் ஒரு மாளிகை, பட்டத்து ராணியெல்லாம் மறக்கமுடியாத பாடல்கள். ஆனா நான் அம்மன் மேல பாடின பாட்டுக் கள்தான் எனக்குப் பிடிச்சது. குறிப்பா கற்பூர நாயகியேவும், செல்லாத்தாயும் என்னை மெய்மறக்கச் செய்யுது..."

புன்முறுவலும், தீர்மானமான கருத்துக் களும், வெளிப்பாடலான பேச்சுமாக உண்மைக் களவுளுக்குரிய எதிரியும் இவ ருக்கு இருக்கிறது.

இவரே சொல்வது போலக் கோவில் தோறும் இவருடைய குரல் ஒலித்துக் கொண்டே தான் இருக்கிறது! அதைவிட வேறென்ன சிறப்பு வேண்டும் இவருக்கு?

—மஞ்சளா ரமேஷ்

புகைப்படங்கள்: கபா,

மனநுர்ப்பது முனநுயா?



ஜெயலட்சுமி பூரீனிவாசன்

'கல்யாணம் என்பது 'ஆதீரம் காவத் துப் பரிர்'. 'ஆதீரம் பொல் சொய்னி ஒரு கல்யாணம் செய்வலாம்' என்பதிறாக்கியே. இது எய்வளவு தூரம் நியாயமாகும்?

அதாவது ஒரு கல்யாணத்தை நடத்தும் போது எந்த விஷயங்களை மறைக்கலாம்? எவற்றை மறைக்கவே கூடாது?

இத்துறையில் நீண்ட அனுபவம் பெற்ற மூவர் சொல்கிறார்கள்:

எஸ். லி. சாஸ்திரி

(ஜோதிடர், மற்றும் ஜாதகப் பரிமாற்ற நிலையமான 'கல்யாணவராயபுரம்'யின் ஸ்தாபகர்)

"எதை மறைக்கலாமாவா? கல்யாண விஷயத்தில் எதைவுமே மறைக்கக் கூடாது. அப்படி மறைக்கச் சொல்வி எந்த சாஸ்திரமும் சொல்லவில்லை. இந்த 'ஆதீரம் பொல் சொல்வலாம்'ய்க்கிற விஷயத்தையெல்லாம் நான் ஒத்துக்க மாட்டேன்.

முக்கியமாக இப்போது இருக்கிற குறைகள் எதைவுமே மறைக்கக் கூடாது. வேண்டுமானால் நம் குடும்பத்தின் அருமை, பெரு

மைகளைச் சற்றுத் தூக்கலாகச் சொல்லிக் கொள்ளலாம், கலரில்லை.

தொலைபேசி நிறுவனத்தில் வேலை செய்கும் ஒருவர் எங்கள் நிலையத்தில் பதிவு செய்து கொண்டார். அவரது முதல் மனைவி (வேறு மாநிலத்தைச் சேர்ந்தவர்) திருமணமான தாக்கு மாதங்கனியேயே இறந்து விட்டார். இந்த விஷயத்தை முதலி வேலை தெரிவிக்க வேண்டியது அவசியமா? என்று அவர் தயங்கினார். நான் தெளிவாகக் கூறி விட்டேன். இது மறைக்க வேண்டிய விஷயமெல்லாம் என்று. அவரும் உணர்ந்து கொண்டு விபரத்தைப் பதிவுப் படிவத்தில் எழுதினார்.

இன்னொரு சம்பவமும் ஓர்பகத்திற்கு வருகிறது. ஒரு வங்கி அதிகாரி தன் பதிவுப் படிவத்தில் தான் பெண் விட்டாரிடமிருந்து 50 பவுன் எதிர்பார்ப்பதாக 'மறைக்காமல்'

எழுதியிருந்தார். திருமணத்திற்குப் பிறகு அவர் மேலும் மேலும் மாமனார் வீட்டிலிருந்து பணம் கேட்டு மனைவியைத் துன்புறுத்தவே, மனைவி காவல் நிலையம் மற்றும் நீதி மன்றத்திடம் புகளடைந்தார். அப்போது எங்கள் பதிலும் படிவத்தில் அவர் கணவன் எழுதியிருந்த 50 பவுன் விவகாரம், மனைவிக்குச் சாதகமாக, பல மாண சாட்சியாக அமைந்தது. விவசாய அலர் வங்கியிலிருந்து வேலை தக்கம் செய்யப்பட்டார்.

தான் மீண்டும் சொல்லுவேன் — இரத்த விஷயமாகட்டும்; மற்ற விஷயமாகட்டும் — கல்யாணத்தைப் பொறுத்தவரை இரு தரப் பினரும் எந்த முக்கிய விஷயத்தையும் மறைக்காமல் இருப்பதே நல்லது. பொய் சொல்லிக் கல்யாணம் செய்து வைத்துப் பின்பு அவஸ்தைப்படுவதை விட உண்மையைச் சொல்லி அந்த வரம் தனியாக விட்டாலும் பரவாயில்லையென்று — அதியமாக இருக்க வேண்டும்.”

தெய்வலட்சுமி ஸ்ரீவிவாகன்.

(பல உறவினர்கள், நண்பர்கள் குடும்பத்

துத் திருமணங்களை முன்னின்று நடத்திப் பழுத்த அணுபவம் பெற்றவர்)

“ஒரு கப்பல் செல்லில் மோக்கராகவோ, குடி காரனாகவோ, சுதிரிவோவனாகவோ இருக்கிறாண்டு எவத்துக் கொள்வோம். (ஆனால் அந்த விஷயம் நமக்கு நிச்சயமாய்த் தெரிந்திருக்கணும்). பெண்ணைப் பெற்றவர் கல்யாண விஷயமாக அவனைப் பற்றி நம்மிடம் அபிப்பிராயம் கேட்டால் தயக்கமில் அவனது கெட்ட பழக்க வழக்கங்களைச் சொல்லிவிட்டதான் வேண்டும்.

அதே சமயம் கல்யாணத்துக்கு முன் எப்படியோ இருந்த ஆண், பெண்களில் புலர், கழுத்தில் புன்று முடிச்சுகள் ஏறிய பிறகு அவனா இவன்? என்று ஆதரையப்படுமளவிற்கு மாறிய உதாரணங்கள் பல உண்டு, சண்டிக் குதிரைகளால் விளங்கிய கன்னிப் பெண்கள் ஒத்துழைப்பின் மறு உருவமான குடும்பத் தலைவிகளாக மாற்றம் அடைவது உண்டு. எனவே பெண்களின் விவ தவறான குணத்தலங்களை ஓரளவு மறைத்தல் தவறு என்று சொல்ல முடியாது. உதாரணமாக அடங்காப் பிராபிராண, சண்முககாரியான ஒரு பெண்ணைப் பற்றி அகாலாபாய் கல்யாண மார்க்கெட்டில் நம்முடைய கருத்துக் கேட்கப்படுமானால் “கொஞ்சம் முரட்டு கபாயம். ஆனால் நம்ம வழிக்குக் கொண்டு வந்து முடியும்” என்று யோசனைக் கொடுத்தே விட்டுப் பூரி மெனாகலாம்.

ஆனால் வேறு சில முக்கியமான விஷயங்களை மறைத்துத் திருமணம் செய்வதால் விபீத விளைவுகள் ஏற்படலாம். அந்த விளைவு நாம் எதிர்பாராத கோணத்திலிருந்து வரலாம்.

என் தோழியின் பெண் ஒருத்தி கல்வூரிலிருந்து வீதி திரும்பும் போது துந்து கொள்களால் கற்பழிக்கப்பட்டு விட்டாள். மயக்கத்துடன் பசிய வாய்விடில் விட்டதவளைத் தெரிந்த சிலர் வீட்டுக்குக் கொண்டு வந்து விட்டனர். அந்தப் பெண் அந்த அதிர்ச்சியிலிருந்துள்ள முடியாமல் தளக்கக் கல்யாணமே வேண்டாமென சொல்லிக் கொண்டிருந்தாள். என் தோழி (அவள் கணவனை இழந்தவன்) என்னிடம் வந்து தன் பெண்ணைக்கொடுத்த கனங்கத்தை மறைத்து மணம் செய்து விடலாமா என்று கேட்டாள்.

“இது மறைக்கிற விஷயமல்ல. மேலும் இவ்வுயிர் பலருக்கு இல்லிஷயம் தெரிந்து விட்டிருக்கிறபடியால் இது மறைக்கக்கூடிய விஷயமல்ல. பொதுவாக வாட்களில் பல ஆண்டுமே வளிக் கும் தமிழர்கள் பரந்த மனப்பான்மை கொண்டவர்களாக இருப்பார்கள். எனவே அத்தகைய ஒரு இளைஞனுக்கு, எனதும்கு மறைக்காமல் சொல்லி, உன் மகனை மனமுடித்து விடு” என்றேன்.

என் யோசனையில் பாதிவயத்தான் அவன் கடைப்பிடித்தான். அதாவது வாட்குதியாகில் வாழும் இளைஞன் ஒருவ

தெய்வலட்சுமி ஸ்ரீவிவாகன்



தெய்வலட்சுமி ஸ்ரீவிவாகன்



ஹுக்கு. அந்தக் குறிப்பிட்ட சம்பவத்தைக் கூறும்போதே, நான் பெண்ணைக் கவியாணம் செய்து வைத்தான். முதலாவன்று குற்ற உணர்வால் அந்தப் பெண் அந்த இளைஞனைத் தன்னிடம் இருக்கவே விட வில்லை. பிறகு மற்ற புகுந்த விட்டு மனிதர்களுடன் கண்மனமாக நடந்து கொண்டதும் நான் கணவனிடம் மட்டும் பழகவே மறுத்தான். நான் அவனை ஏமாற்றுகிறோம் என்று அவள் என்னிடம் கொண்டதுதான் காரணம். கடைசியில் ஒரு சூழ்நிலையில் கணவனுக்கு உண்மை தெரிந்து விட, அவன் அரைகுறை மனத்துடன் அவளை 'மன்னிக்க' தயாரானான். ஆனால் அவன் தீர்மானமாக விவாகரத்து வாங்கிக் கொண்டான்.

எவ்வித சபைச் சம்பவம் பெண்ணின் சில துன்புறங்களை அடக்கிவாங்கிக் கொடுக்கிற மற்ற விஷயங்கள் ஒளிப்பது முறையல்ல; நல்லதுமல்ல.

பாசிரியம்மான்

"பெண்ணுக்குக் கவியாணம் நடக்கணமா? பாசிரியம்மானின் உதவியை நாடுக்கியேன்" என்று பலர் கூறுமளவிற்கு கே. கே. நகரில் இவர் வீசித்தம். பலப்பல நிகழ்மணங்கள் இவர் உதவியோடு நடந்துள்ளன.

"உங்ககிட்டே மறைப்பாயோம்? என் உதவியோடு நான் நட சில கவியாணங்கள் சில சில விஷயங்கள் மறைக்கப்பட்டிருக்கு. மறைக்கிறது என்றால் உண்மையைச் சொல்லாமல் இருக்கிறது என்று அந்தமே கூறிக் கொள்ளலாம். சொல்வது என்ற பொருளில்லை.

நமக்குத் தெரிந்த ஒரு பெண்ணின் கோட்டைப் பற்றி ஒரு வாய் விஷயமாக விசாரிக்கிறார்களென்று வைத்துக் கொள்ளுங்கள். ஒரு பெண் — அதுவும் வேலைக்குப் போகும் பெண் — தற்போதைய சூழ்நிலையில் தான் ஆண்களிடம் பெரிப் பழகத்தான் வேண்டியிருக்கிறது. இதை வாராவது காமாலைக் கண்ணிகள் பார்த்து அவன் நடத்தைக் கெட்டவன் என்று தவறான அவப் பெயரையும் பரப்பி விடலாம். இதையெல்லாம் நம்பி நான் அப் பெண்ணைப் பற்றிய நம் அபிப்பிராயத்தைக் கேட்கும் போது சொல்லி விடலாமோ? ஒரு பெண்ணின் நடத்தையில் மாக இருக்கிறது இல்லையா என்பது நிச்சயமாகத் தெரியாத போது எந்தெந்த பல்பனை அவளுக்குத்தான் அளிக்க வேண்டும்.

என் நாத்நார் கணவனுக்கு ஆரம்ப முதலே சற்று மூளைக் கோளாறாம். இதை மறைத்து அவர்கள் கவியாணம் செய்வது இரு மனமான கொஞ்ச காலத்தினையே அவர் நட்ட நடுநிலையில் குளத்துக்குப் போய்க் குளித்து விட்டு வருவது போன்ற செயல்

களில் ஈடுபட, விஷயம் வெளிப்பட்டது. அதற்குப் பிறகு என் நாத்நார் நடத்தியதுன்ப வாழ்க்கையை விவரிக்க வார்த்தைகள் போதாது. மூளைக் கோளாற மறைப்புது எவ்வளவு பெரிய பாதகம்!

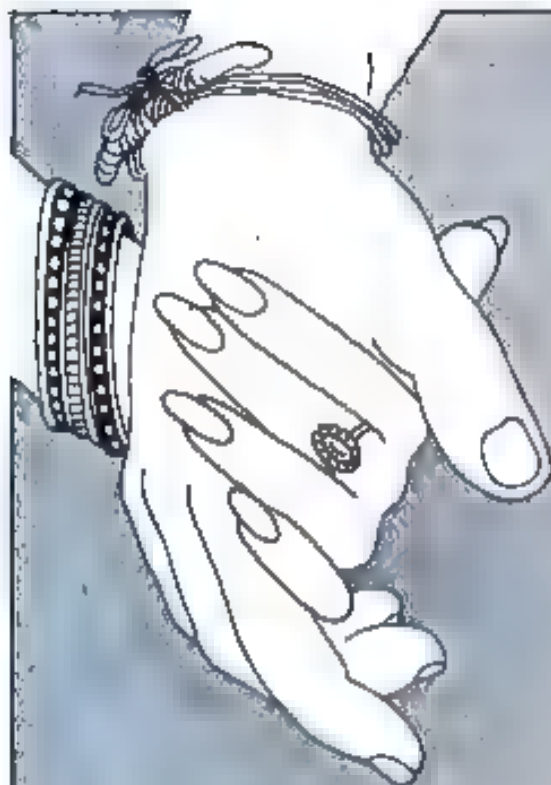
ஆனால் அதே காலம் வேறொன்றையும் குறிப்பிட வேண்டும். எனக்குத் தெரிந்த ஒரு ஏழை சான்றிகளின் பெண், அவளுக்கு ஒரு வாய் தகைத்தது என் உதவியுடன்தான். ஐந்து பவுன் தகை போட ஒத்துக் கொண்டனர். ஆனால் எதிர்பாராத சில சௌகரியங்களால் மூன்று பவுன் தகைதான் போட முடிந்தது. சத்தம் போடாமல் வீதி இரண்டு பவுளுக்கு கவரில் வளையல் களைப் போட்டனர். பிறகு ஒரு கையம் ஏழை தகையில் அந்த மாப்பிள்ளை வளையல் களை விந் கலாமாவென அவளைக் கேட்ட, அந்தப் பெண் என்னிடம் வந்து சொல்லி அழுதாள். நான் அவளைக் கூப்பிட்டு விஷயத்தைக் கூறி, அப்பெண்ணின் தகப்பனாரின் பரிதாப நிலையையும் விவக்கிணை. தங்கியவனை அவன் புரிந்து கொண்டது மட்டும்ல்லாமல், இன்று வரை அவளைத் தன் வீட்டாரிடம் காட்டிக் கொடுக்கவில்லை.

சீரே, தவறோ எனும் பெண்களைக் கண்பெற்ற இது போன்ற பொய்களைச் சொல்லாமலென்றுதான் எனக்குப் படுகிறது. ஏனென்றால் நம் நாட்டில் பெண்களுக்குக் கவியாணம் என்பது ஒரு மிகப் பெரிய காரியம். இங்கே விதவைகளுக்குச் சேவாச களைப் அளிக்கப்படுவதில்லை. ஆனால் அவர்கள் பெறும் மரியாதையைக் கூட வயதாடிகள் மனமாகாத பெண்கள் பெறுவதில்லை. எனவே 'ஆசிரியர்' வேண்டாம்; தேவையான ஓரிரண்டு பொய்களை அவர்கள் விஷயத்தில் சொல்லலாம் என்று நாம் கருதுகிறோம்.

— அருண் சரண்யா.

இருமனுக்கு
வெருக்கு இருமல் வந்தால் இடை வெளியிலாவது இருமிக் கண்டப்படுவர். அதற்குக் கடுகை தந்தாக அளர்த்துத் தேனில் கலந்து சாப்பிட (மூன்று வேளை 100க) தந்தாகக் குணமாகும். (செரு 1 கம்ப்யூன், தேன் 1 கம்ப்யூன்).

— ராகுலங்கமி.



Sree Krishna Mahal and Marriages go hand in hand.

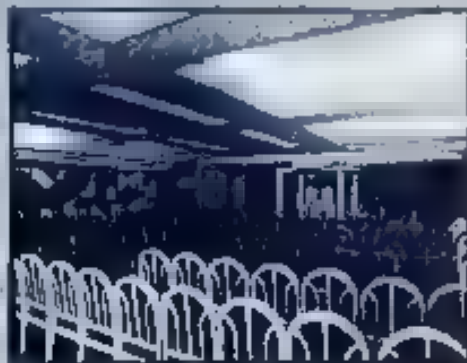
Marriage: The birth of a fresh new chapter. The confluence that sets the stage for the eternal matrimonial symphony.

The ideal stage to start this symphony is Sree Krishna Mahal.

Housed in Hotel Shri Lekha Intercontinental, air-conditioned Krishna Mahal accommodates around 750 people, complete with a comfortable dining room that caters to 400 at a time, where sumptuous, pure vegetarian cuisine is served. The hall wears a pleasant decor that adds to the festive air.

Air-conditioned rooms for the bride and groom are part of the hall. On request, make-up and Mehendi could be arranged to bedeck the bride. Lakshmi Mahal (A/C on request) is ideal for marriages with around 400 people.

For more details please contact:
The Manager



Hotel Shri Lekha 
Intercontinental Ltd.

564, Anna Salai, Teynampet, MADRAS 600 018
Ph. 453132

nutrine நியூட்ரின் குலாப் ஜாமுன் மிக்ஸ்.

மிருதுவான, ருசிமிகு குலாப் ஜாமுன்.

ஒரு 200 கிராம் பேக் கொண்டு 50 கலவையிடு குலாப் ஜாமுன்கள் தயாரிக்கலாம். வெளியே பார்ப்பதற்கு பொன்றிறம், உள்ளே மிருதுவான ரச நயம். இந்தப் பண்டிகையிலே, உங்கள் மிட்டாய்க் கடைக்காரர் பொறாமையடையட்டும், தங்கள் நியூட்ரின் இன்ஸ்டன்ட் குலாப் ஜாமுன்களை ருசித்து மகிழுங்கள்.

**பொறாமையடையச் செய்யுங்கள்,
உங்கள் மிட்டாய்க் கடைக்காரரை.**



டாக்டர் பதவிகள்

தொகுப்பு: கபா பாரதி



தான் திருமணமாகாதவன். 20 வயது. எனக்கு உடலின் அனைத்துப் பாகத்திலும் புழுக்கள் ஊர்வது போல் உணர்விறேன். கூசுகிறது. அந்த இடத்தில் கொரிந்தாய்தான் திம்மதி. மூக்கின் முனையில் உட ஊர்வது தெரிகிறது. அப்பதன், உள்ளங்கை, உள்ளங் கால், முகம், வயிறு, சிறுநீர்ப் பாதையில் எல்லாம் ஊர்வது. இது எதனால்? தான் என்னை ஊர் ஆஸ்பத்திரிக்குப் போக அவர்க ளால் பார்க்க முடியாமல் என்னை பெரி யாஸ்பத்திரிக்கு போகும்படி கூறிவிட்டார் கள். இதனால் மனவேதனையும் பயமும் அடைகிறேன், டாக்டர்.

எஸ். விமலா. திருச்சி - 16.

உடல் முழுவதும் புழு ஊர்வது போன்ற உள்ஊர்வடி டாக்டர் ஹாஸ்பிதேஷன் எனப்படும் ஹைபோகோண்டிரியல் டெலூ சியஸ் டிஸ்டூர்ன்ஸ் வகையைச் சேர்ந்த மனவியல் துறையுட்பட துள். வயிற்றுப் புழுக் கள், சில சமயங்களில் 'வார்வா னைக் ரான்ஸ்' - 'கிரீப்பிங் டாப்ளஸ்' என்னும் நளமச்சலோடு கூடிய களித்தை உண்டா கும். மலப்பரிசோதனை செய்து தேவைய யானால் மருத்தை உட்கொண்டு. உடனடி யாக மனப்பரிசோதனையும் செய்து கொள் வது நல்லது. மனநிலை மருத்துவரே உங்கள் குறை தீர்ப்பார்.

சாதாரண வயிற்றுப் புழுக்களுக்கு மருத்து மிபென்டசால் மாத்திரை வாங்கி 6 மாதத் தினைகள்) காலை ஒன்றுப் இரவு ஒன்றும் மூன்று நாட்களுக்குத் தொடர்ந்து உட் கொள்ள வேண்டும். அவ்வது ஆல்பென்ட சால் மாத்திரை மூன்று, வாங்கி, இரவில், ஒரே தோத்தில் உட்கொள்ள வேண்டும்.

எனக்கு 24 வயது ஆகிறது. எனக்கு இருக் கும் குறைவை எத்தனையோ டாக்டர்களிடம் சென்ற பிறகும் எனக்குச் சரிவாகவில்லை. எனக்கு வயதுக்கு வந்த தானியிருந்து அநி கப்படியான உதிரப்போக்கு ஏற்படுவ துண்டு. இதனால் தான் மிகவும் அவதிப்படு கிறேன். அதுவும் தவிர உதிரப் போக்கு பத்து

பிரபல பெண் மருத்துவர் கமலா செல்வராஜ் வாசகிகளின் கேள்விகளுக்கு விடையாக பதில் அளிக்கிறார்.

நாட்கள் கூட இருக்கிறது. அத்தனை நாட்களும் அதிகப்படியான உதிரப்போக்கால் தான் மிகவும் கஷ்டப்படுகிறேன். வென் னையும் படுகிறது. திருமணமான பிறகு என் னையுடன் உடலுறவுகொண்டதன் காரண மாக அந்த இடத்தில் எல்லாம் மிகவும் சிவந்த திறத்தில் தளமச்சலுடன் அவதிப்படு கிறேன். உதிரப் போக்கு முடிந்ததும் அதற்குப் பதிலாகச் சீழ் வடிவில்தான் தான் தான் தோறும் மிகவும் கஷ்டப்படுகிறேன். தவறு செய்து என் குறைவைத் தீர்த்து வைத்துங்கள்.

உமா.

வாணியம்பாடி.

சில பெண்களுக்கு 'தூன்' மாதவிடாய் தோன்றியது 6-10 நாள் உதிரப் படுவது இயற்கை மிகவும் கடினமாகவும், அதிகமாக வந்தால் போகக்கூடாது. இதனால் ஏற்படும் உடம்பு பாதிப்பு, மன வகுத்தல் முதலியவற் றைத் தவிர்க்க வேண்டும். மனத்தை வேறு வேண்டுகளில் திருப்பிவிடாமல் மாதவிடாய்வத்தி ருப்பதே சில சமயம் மறந்துகூட போய்விடும்.

வேண்டை படுவது என்பது எல்லாப் பெண்மணி களுக்குமே உண்டு. அது எவ்வளவுத் தன்மை கொண்டது என்பது அறிவதுதான் முக்கியம்.

1. உள்ளாடையைக் கறைபடுத்துகிறதா?
2. துர்நாற்றம் வருகிறதா?
3. அப்படி ஏற்படுகிறதா?
4. மாதவிடாய் வரும் இரண்டு நாட்கள் முன்னும் பின்பும் ஏற்படுகிறதா?

ஏனென்றால் சாதாரணமாக ஒரு பெண் ணிற்கு மாத விடாய் வரும் முன்னும் பின்னும் சிறிது வெண்ணப் போக்கு இருக் கும். மற்றும் அப்பெண் உடலில் கருமுட்டை

வெளிவேலும் அந்த 13, 14 - ஆம் தாண்டும் வெள்ளைப்போக்கு உண்டு. உடல் உறுது கொள்ளும் போதும் இப்படியே. குளிர் காலத்திலிட வெலில் காலத்தில் சிறிது கூட இருக்கும்.

ஆனால் வெள்ளைப்பட்டு அரிப்பு இருக்கிறது எனப்படுவது - ம. வி. மற்றும் மோனியில் எனப்படும் இருவகைக் கிருமிகளினால் ஏற்படுவதே. இதனை டாக்டரிடம் சென்று காண்பித்து மருத்து எடுத்துக் கொள்ளலாம். சரி, அல்லது கீனோட்ரிமாசோடர், திஸ்டாடிஸ் போன்ற மருத்து வகை மாத்திரைகளைப் பிறப்பு உறுப்பு வானிலுள்ள செருமிக் கொண்டாடும் விவாதி தீர்த்து விடும்.

மனமானபின் வெள்ளைக்குப் பதில் சீழ் வடிவிலுது மற்றும் எரிச்சலாக இருக்கிறது என்றால் கனவரிடம் இருந்து ஏதோ தொற்ற நோய் போல் மனைவிக்கு வித்து வழியே வந்துவிட்டது என அட்த்தம். கோனோரியா போன்ற விவாதினைப் பெற்றிருக்கலாம். இதற்கு கனவன், மனைவி இருவருமே சீழில் தன்மையைத் தெரிந்து குறிப்பிட்ட தான் அளவுக்கு மருத்துகள் எடுத்தால் சுத்தமாக விவாதி குணமாகிவிடும். அதாவது (செர்னிகல் கஸ்சர் அண்ட் செமன் கஸ்சர் + சென்சிடிவிட்டி).

இதற்கு தார்பீப்பனாக்சாலின் 800 மி.மி. மாத்திரையை ஆரம்பித்து ஒரு மாத்திரை (இரவு உணவு உட்கொள்ளுமுகு ஒரு மணி நேரம் முன்னதாகவோ அல்லது இரவு உணவு உட்கொண்ட பிறகு இரண்டு மணி நேரம் கழித்தோ) உட்கொள்ள வேண்டும்.

அம்மது தோசோக்சாலின் 100 மி.மி. வாய்க்கி உட்கொள்ளலாம்.

என் வகது 30. திருமணமாகி ஒரு குழந்தையும் உள்ளது. கமார் ஆறு வகுக்களுக்கு முன்னால் தோலில் சிலப்பி திற பத்துகள் தோன்றியது. தோல் டாக்டரிடம் காண்பித்த தில் இது செதில் உதிர்ந்து என்னும் தோவென் குறிப்பிட்டார். அது தானே வரும்; மறைவு. இதற்கெனக் குறிப்பிட்ட மருத்துகள் எதுவும் இல்வையெனவும். வேண்டுமா தால் உட்குப்படுத்திக் கொள்ளலாம் எனவும் மருத்துகள் கொடுத்தார். எத்தப் பணை கிய்வை, தாட்டு வையத்தியம், சித்த வையத் தியம் எல்லாம் பார்த்து மருத்தும் சாப்பிட்டேன். அதிகமாளதே தவிர பயனொன்றும் வெட்கவிலவலை.

கீனாட்டி.

தூத்துக்குடி.

தங்கலின் செதில் உதிர் சருமநோய் பருவ காலத்திற்கேற்ப வந்து மறையும் ஒன்று. பல்வேறு மருத்துவ முறைகள் கைவாள்ப் படும். குறிப்பிட்ட மருத்தில் பூரண தீவரணம் என்ற நிலை இல்வைய. இருப்பினும் பூதரணம் வையுதோக்சாலின் கனிகைப் சருமத்தில் தடவியும் ப்ரெட்னி கோலோன் மாத்திரையைக் குறைத்த அளவில் வாரம் 3 வீதம் சாப்பிட்டும ஓரளவு பயன் பெறலாம். காலியம் வைட்டமின் சி சத்து மாத்திரையும், உப்புக்குறைவான ஒல் வாகைக்குரிய உணவுப் பத்திய முறையும் உங்களுக்கு பிசவும் உதவும்.

அச்சுதீக்ல் ஏமாருகிறீர்கள்!



தென்னாற்காடு மாவட்டம் தென் வேளி பஸ் நிலையத்தில் பல இடங்கள் லுக்கும் செல்லும் பஸ்கள் வந்து செல் கின்றன. அப்படி வரும் பஸ்கள் ஒரு விவ தியிடிக்ங்கள் திற்கும் அத்தர் சமரத் தில் பூ. பழம். க. பால் போன்றவற்றின் விவரபாரத்துடன் முத்திரி, பலாப்பழம் + கணை, பாக்கெட்டில் விற்கும் (வறுத்து) முத்திரியை ரூபாய் ஒன்று எனக் கூவி விற்பதாக) முத்திரி விவைய மவிவு என

திகைத்து வாய்க்கிச் சென்று விடுகின் னனர். பிறகு பிசித்துப் பார்த்தால்தான் தெரியும்; அதிக 2 அல்லது 3 பருப்புக் கந்தான் தன்றாக இருக்கும் என்று. மற்ற தனை வாயும் சொத்த. அழுக்கல் வசாகை, பூச்சி இவ்வாறாக இருக்கிறது என்று.

இதே போல் பலாப்பழம் (பெரிய பழம்) 3 அல்லது 4 ரூபாய்க்குக் கொடக் கிறதே என அலசாரத்தில் வாய்க்கிச் சொன்று விடுகின்றனர். உண்டு கணை விசுமிசர் சிறியதாகவும், கொட்டை (பலன்படுத்த முடிவாதபடியிலும் சிறிய தாகவும், சில பழங்களில் கணையே அதி கம் இவ்வாறழும். கணையின் இனிப்பு, மணம், கணை எதுவும் இவ்வாமலும் இருந்து விடுகிறது.

எனவே பஸ் திகையத்தில் அதிக விவையுள்ள பெருகணை மனிவாக விற் கிறதே என அலசாரத்தில் வாய்க்கி ஏமாற் றம் அடைவாதிர்கள்.

— பாஸா.

விழாக்காலம் வந்தது!
விஜலக்குறைப்பும் வந்தது!

10 to
50%

தீபாவளி
சிறப்புச் சலுகை

அக்டோபர் 10 முதல் தீபாவளி வரை

இந்த ஆண்டின் நவீன டிசைன்களில்
எண்ணற்ற துணி வகைகள்!

காஞ்சிபுரம்/தர்மாவரம்/ஆரணி/பனாரஸ் பட்டுப் புடவைகள்,
பட்டு வேட்டிகள், மில் ஜவுளிகள் மற்றும் துரிதார் செட்கள்



P. கோவிந்தசாமி பிள்ளை
எண்டர்பிரைஸஸ்

258 வாயிடீஸ் ரோடு கோபாலபுரம்
சென்னை 600 086 போன் 476769

ஆயிலும் கடை
உண்டு



கல்கி 6.11.88
தீயாவள் இதுநீஸ்...

புதிய
தொடர்கதை
ஆரம்பம்

பாஜேஷ்குமார்

கொன்று வெப்பு விழா

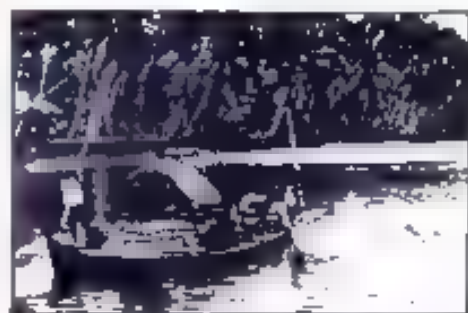


**தூதர்
புத்தலகர்**



மீண்டும் ஆரம்பம்.

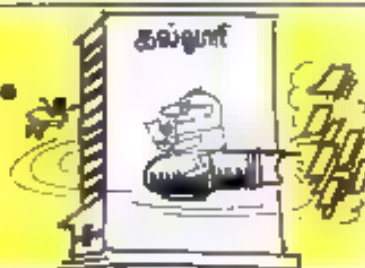
◆ கோளச் செப்பிரிதர் - II



பழக்கப் பழக்கத் தெவிட்டாத ஏராளச்
செய்திகள், கதை, கட்டுரைகள் - என்னவாக
கவர்த்தியுக்கும் வண்ணப்படங்கள்.

கல்ஷார்கவாளர் கயூர்...

மரணவர்களுக்கான SPECIAL பக்கங்கள்



எதிர்பார்ப்புகள்

உரைநடைபொருள்



இப்படி எழுந்து விளாற்றடிக்கு பல் தெய்வம் வந்து கொண்டிருந்த பூமாதேவ சமையலறைநிலிருந்து வந்த தும்பென்ற மணம் தடுத்து நிறுத்திவது. "அடெயப்பா! இவ்வளவு சேக்கிரத்தில் இத்தனை அரிட். உன் சமைத்தாதி விட்டதா!" சமையலறைப் பக்கம் எட்டிப் பார்த்த பூமாதேவுக்கு ஒரே ஆச்சரியம். சாதம் ஆதி. பருப்பு ஆதி. கூட்டு ஆதி. அடுப்பில் கிரையை மிதித்துக் கொண்டிருந்தான் அவன் மாமிபார் விசாலம். சேரவும், அதனுடன் சேர்ந்து வந்த பெருங்காய மணமும்தான் அவனை அப்படி அதிசயித்து நிற்க வைத்தது.

"என்ன இப்போயே நின்றுட்டே? இன்னம் பல் தெய்வக் போகலையா?" கேட்டுக் கொண்டே பூமாவின் பின்னால் வந்துநின்றான் அவன் கணவன் சேகர். "அப்பா! என்ன யாசனை? சமைப்பில் இன்னிக்கு பிரமாதமாக இருக்கும் போலிருக்கே!" என்றான் பூமா.

"அதென்ன இன்னிக்கு உன்னுள்பெண்ண கொல்பிறி! எங்கம்மா என்னிக்குமே இப்படித்தான் எனக்குத் தினமும் மணக்க மணக்க சமைச்சப் போடுவா. உபாணம் ஆன புதுக். போனால் போறது. ஆனா அதுக்கப்பறம் நீ இப்படி ஆடி அசைஞ்சு எழுந்து வந்து சமைப்பில் பண்ணினாய். நான் ஆபீஸாக்குப் போன மாநிரிதான். அதுவும் எங்கம்மா சமைச்சப் போடற மாநிரி சமைப்பில் பண்ணிப் போடுவியாங்கறது சந்தேகம் தான். சரி, சரி, குதல்பேல பல் தெய்வக்கு வர வரவெய்யப் பாடு. போ!" மணவிலையைச் செல்லமாக கிரட்டி விட்டு, அங்கிருந்து நகர்ந்து சென்றான்.

விசாலம் சேகருக்கு சாப்பாடு போட்டு, கைகில் இட்லி, தொட்டுக்க சட்னி வைத்து டிபன் பாக்ஸை ஆபீஸாக்கும் கொண்டு செல்ல எடுத்து வைத்தான்.

சேகரை ஆபீஸாக்கு அனுப்பியதும், கணவருக்கும் சாப்பாடு போட்டு, பின்னர், "பூமா வா! நீயும், நானும் சேர்ந்தே சாப்பிடலாம். சமைப்பெல்லாம் ஆதிடப் போறது" என்று தனக்கும், பூமாவுக்கும் தட்டு வைத்து, பக்கத்தில் குடிக்க மிளகு வெந்தனையும்

எடுத்து வைத்தான்.

பூமா தாக்கைச் சப்புக் கொட்டியபடியே ஒவ்வொன்றையும் கவைத்துச் சாப்பிட்டான். எதைச் சாப்பிடுவது எனத் திடுவ தென்றே தெரியவில்லை. வயிற்றில்தான் இடமில்லை. அந்த அளவுக்கு மோர்க் குழம்பு, பீட்டை, சேர, ரசம் என்று எல்லாமே பிரமாதமாக இருந்தது.

புதிதாகத் திருமணம் ஆகியிருக்கு. அதனால் இப்போதைக்கு பூமாவைச் சமைப்பதற்கு விரி வேண்டாம் என்று தினமும் மாங்கு மாங்கென்று கிதகிதமாய்ச் சமைப்பதும், டிபனுமாய்ச் செய்து போட்டான் விசாலம். பூமாவுக்கும், சேகருக்கும் சிலிரிமா, பீச், கோவில், உறலினர்கள் வீடு என்று மாநி மாநி போய் வந்ததிலேயே இரண்டு மாதங்கள் ஓடினது. உபாணம் ஆன அதிர்ஷ்டமோ என்னவோ சேகருக்குத் திடீரென்று பிரமோஷன் கிடைத்தது. விசாலம், வெங்கட்ராமன் இருவருக்கும் ஏக சந்தோஷம். பூமாவுக்கோ பெருமிதம் தாங்க வில்லை. ஆனால், சேகர் ஒரேவழியாக பெற்றோர்களை விட்டு வெகுதூரம் போகும்படி டெல்லியில் மாற்றவாக்கியதுதான் விசா வந்திருப்ப் பெரிய துறையாக இருந்தது. வெங்கட்ராமனுக்கும் கூடத்தான். ஆனால் அவர் அதிகம் வெளியில் காட்டிக் கொள்ள வில்லை.

போனவுடன் திட்டாடக் கூடாதே என்று அப்பொழுதே குழம்புப் பொடி, மிளகாய்ப் பொடி, அப்பளம், வடகம் என்று ஒவ்வொன்றையும் பார்த்து, பார்த்து 'பேக் பண்ண ஆரம்பித்து விட்டான் விசாலம்.

சேகர், தான் உபாணம், தொப்பும்,

தூரவமான சொந்தவீட்டு அம்மாவும், அப்பாவும் வாழ்ந்து வந்து தெரிபும். அம்மாவின் அகலாய் பிடித்தபடி. "அம்மா! அப்பா ரெண்டு பெரும் கடம்பைப் பார்த்துக்கொடுக்கோ, அடிக்கடி வெட்டிப் போடுங்கோ." ரயில் கிளம்பும் வரை அம்மா, அப்பா இருவரிடமும் மாறி மாறி பேசி விட்டு கண்களால் வழித்த நீரைத் துடைத்து விட்டு நை ஆட்டிக் கொண்டிருந்தாள்.

சேகர் பூமாவடல் ஊருக்கு மாற்றவாசிப் போய் இரண்டு மாதங்கள்தான் ஆகியிருந்தது. ஆனால், விசாலத்திற்கு வருஷக் கணக்கில் சேகரைப் பிரிந்திருப்பது போல் கஷ்டமாக இருந்தது. "நம்ம சேகர் இப்போ எப்படி இருப்பான்? ஒரு கூட்டு, கழின்று குதி குறையாம சாப்பிட்டு வளர்த்தவனாச்சே. அங்கே கதிகாயெல்லாம் கிடைக்குமோ? அறிவுக்கும், நம்ம மார்புப் பொன் பூமாவை ஒரு தாளவது சமைக்கச் சொல்லி பார்க்கண்ப்பது நினைச்சண்டிருந்தேன். அதுக்குள்ளே சேகருக்கு பிரமோஷன் ஆகிடுது. "அந்த பூமா என்னப்பட்டு நன்னா சமையல் பண்ணுவான்னு நினைக்கிறீர்களா?" விசாலம் புலம்பிக் கொண்டு இருந்தான்.

"எல்லாம் கேட்டுண்டிதான் இரத்தம் விசாலம். இதோ பாரு. நாக்கு வாயைப் பார்த்துப் பார்த்துக் கொண்டு வந்துதான் கல்யாணம் பண்ணி வைத்திருக்காய். அதுக்கப்பறம் என்ன கலங்கி அவ... அவர் ஏதோ ஒரு நேரம், குழந்தை, குட்டி என்று வந்துட்டா பொறுப்பு தான் வந்துடும். இத்தனை வருஷத்திலே நீ என்ன என்னை பட்டினியா போட்டு வைச்சே? அது போல தன்னைப் புருவாளுக்கு வாய்க்க குடியா சமையல் போட பூமாவுக்கும் தெரியாதான்ன, அதாவசியமா அவட்டிக் கொள்ளாம, கொல்லலைக் கதவெல்லாம் சரியாய்த் தாழ்ப்பாள் போட்டிருக்காண்டு பார்த்துட்டு வந்து படு" சொல்லி விட்டு, பிரித்து வைத்திருந்த துழக்காளத்தில் நீட்டி படுத்துக் கொண்டார் வெங்கட்ராமன்.

வாசலில் ஆட்டோ வந்து நிற்கும் சபதம் கேட்டது. சட்டென்று எழுந்து வாசலுக்கு வந்தான் விசாலம். "பாரு, சேகரை என்னாவே நம்பவே முடியிலையே! ஒரு வெட்டி கூட போடாம இப்படி நிரைந்து. அதோ பாருங்கோ, நம்ம சேகரும், பூமாவும் வந்திருக்கா பாருங்கோ." வாய் நிறைய புண்ணைகூட அவர்களை வரவேற்று, கூடவே சாமான்களையும் எடுத்துக் கொண்டு உள்ளே வந்தான்.

சேகர், "அம்மா! என் கடம்பைப் பார்த்தியா? தொப்பையெல்லாம் வைச்ச எப்படி பெருத்துப் போயிட்டேன்னு! எல்லாம் பூமாவோட சமையல்தான்! பூமாவோ, சமையலை தீங்க சாப்பிட்டதில்லையே. உப்பாத்தி பண்ணறதுவே அவு 'எக்' எப் பர்டிப்பா, கம்மர் 'சிலக்' மாநிரி என்னமா 'ஏ' கிளாஸா பண்ணா தெரியுமா?

பூமா தானைக்குக் காலம்பற டிப்பன் தீதால் பண்ணணும். சப்பாத்தி. குருமாண்ணு உன்னோட வுபெஷனல் பண்ணி அம்மாவுக்கும், அப்பாவுக்கும் குடு. "அம்மா! நீயும் இந்த மாநிரி சப்பாத்தி, பூரியெல்லாம் செஞ்சு சாப்பிடும்மா. அதிலேதான் நிறைய சத்து இருக்கு. கம்மா, தோசை. இட்லிண்ணு அனாதையே செஞ்சிண்டிருக்காதே. தானைக்கு நீயும், அப்பாவும் குளிக்கிட்டு சாப்பிட ரெடி யாகிருங்கோ. சமையலறைப் பக்கமே நீ வர வேண்டாம். எல்லாம் பூமா பார்த்துப்பா. சாப்பிட்டு மூக்கிலே கிரைஸ் டைபுக்கப் போய்க்." "

"வேண்டாம், வேண்டாம் எனக்கு ஒண்ணும் வேண்டாம்."

"ஏம், ஏம் விசாலம்! என்ன இது! முழிச்சுக்கொ. உன்னைத்தான்." வெங்கட்ராமன் அவளை இரண்டு கணுக்கு கணுக்கி, எழுப்பியதும்தான் விசாலத்திற்கு முழிப்பு வந்தது. "ஆமாம், இதென்ன புதுப்பறக்கம்! தூக்கத் திலேயெல்லாம் உளற ஆரம்பிச்சே! அவு



வும் பொல பொலன்னு வேதே விடிஞ்
காக்க. இப்போ கடவா கணவு வரும்? சீக்
கிரம் எழுத்து வாசம் தெளிச்சு, பீகாவம்
போடு!" என்றபடியே தனது படுக்கையைச்
சுருட்டி ஓரமாய் வைத்தார்.

அந்த இரண்டு நாட்களுக்குள், தான்
கண்ட கனவை ஆவிரம் தடையாவது கண்
வனிடம் சொல்லி புலம்பிவிடுப்பான்
விசாலம்.

"ஆமாம், இன்னிக்கு வெள்ளைக் கிழங்க
வாச்சே, வழக்கமா கோவிலுக்குப் போயிடு.
பொகலையா?"

"ஊலாம். இன்னிக்கு மனசே சீ
லில்லை எனக்கு.

"எல்லோரும் மனசு சரியில்லையன்னாத்
தான் கோவிலுக்குப் போவா. நீ சொல்ற
தைக் கேட்டி ரிப்பித்தான் வாது."

"ஆமாம், தான் இங்கே மனசு வந்துதப்
பட்டுண்டிருக்கிறேன். உங்களுக்கு ரிப்பி
வாதுக்கும."

"என்னை இது! குழந்தை மாடுகி கன

வைப் போய் தம்பிண்டு வேண்டாததையெல்
லாம் கற்பனை பண்ணிண்டு இருக்கே?"

"எது கற்பனை? இப்படியொரு கனவை
நானாவா வரவழங்குண்டேன்? இதெல்
லாம் நடக்கப் போதுன்னுதான் முன்கூட்
டியே கனவா வந்திருந்த. அதுவும் விடிஞ்ச
தும் விடியாததுமாய்.

"ஐயோ. அப்படியேயிருத்தாலும்
இப்படி இடிஞ்சு போற அளவுக்கு அந்த
கனவிலே என்ன இருக்குன்னுதான் கேட்க
றேன்?"

"தொடர் தலலாயிருந்த. அவனை வந்து
இப்படியெல்லாய்விடினாக்கட்டிகட்டுண்டு
சத்தோஷப்படுவீங்க போயிருக்கே. அதுக்கு
கட்டும். இப்போ உங்க மனசைத் தொட்டு
சொல்லுங்க. இந்தனை வருஷம் நான்
ஆசை ஆசையா சமைச்சப் போட்டதை
யெல்லாம் மறந்துட்டு திரிச்சுது பொன்
டாட்டி சப்பாத்தி பண்ணினதைப் போய்
ஒரேயடியா புகழ்த்து பேசினா, என் மனசு
தாங்குமா? சொல்லுங்க." சொல்லும்



மறக்க முடியாத தீர்ப்பளி

"சென்ற வகுடம் தீர்ப்பளி என் வாழ்வில் மறக்க முடியாத, மனத்தை விட்டு அகலாத தீர்ப்பளிப்பாக வந்து சென்றது. தீர்ப்பளிக்கு இரண்டு நாட்களுக்கு முன் பலகாரங்கள் செய்யும் வேளையில் நான் ஈடுபட்டிருந்த வேளையில் வேலை, களைப்பில் ஊடு, வயிற்றில் வலது பக்கமாக கருக், கருக் சென்று குத்திவது போல் வலி எடுக்க ஆரம்பித்தது. கொஞ்சம் அவிதமாகவே, சோடா ஒன்று வாங்கி குடித்து விட்டு கிறிது நேரம் பேசாமல் படுத்து விட்டேன்.

மறுநாள் காலை எழுந்திருக்கவே முடியவில்லை. வயிற்றைக் கிறிப்பது போல் வலியும், விடாது வாந்தியும் என்னை உண்டு இவ்வை என்று பண்ணிக் கொண்டு இருந்தது. உடனே பக்கத்தில் உள்ள டாக்டர் எங்கள் வீட்டிற்கே வந்து பரிசோதித்து விட்டு, இது அப்பென்டிசைசுஸ் (திடல் வாக்கு நோய்) அதனால் உடனே ஆபரேஷன் செய்ய வேண்டும் என்றவுடன்,

என் அம்மாவும், கணவரும், "டாக்டர்! விடிந்தால் தீர்ப்பளி! ஆபரேஷன் என்றால் எப்படி? நானா ஒரு பொழுது சமாளித்து, மறுநாள் செய்யும்படி ஏதாவது மாற்றினா, ஊர் தரக் கூடாதா?" என்றவுடன்,

வயிற்று வேதனையால் துடித்துக் கொண்டு இருந்த என்னைக் காண்பித்து, டாக்டர் சற்றுக் கோபமாக, "உங்களுக்கு தீர்ப்பளி முக்கியமா? இவன் முக்கியமா?" என்றார் (டாக்டர் வயதானவர்)

ஒன்றும் பேசாமல், டாக்டர் ஆரோசனைப்படி, ஆபரேஷனுக்கு ஒத்துக் கொண்ட என் விட்டார் தனிமார் மருத்துவமனையில் சேர்த்து விட்டனர். தீர்ப்பளி அன்று, வெளியில் பட்டாசு சத்தம் கேட்டவுடன், ஆபரேஷன் நிபேட்டரியில் படுத்திருந்த நான், மயக்கம் கொடுக்கும் முன், என் குழந்தைகள் இன்று தீர்ப்பளி லைப் கொண்டாட்ட முடியாமல் பகவான் இப்படி பருக்க வைத்து விட்டானே! எனக் கண்ணீர் விட்டு அழுதின. நல்லபடியாக விடு வந்து சேர்த்து. இந்த வகுட தீர்ப்பளியை என் குடும்பத்துடன் கொண்டாட எதிர்தோக்கிக் காத்து இருக்கிறேன்.

-மஹன்



போதே நூல் தழுதழுத்தது.

"அப்படியெல்லாம் தீர்ப்பளிக்கு மாநிலி ஒண்ணும் தடக்காது" அதைத் தவிர அவளுக்கு வேறு சமாதானம் சொல்லத் தெரியாமல், வாக்கில் வலுக்குடன் வெளியில் கிளம்பி விட்டார் வெங்கடராமன்.

தபால்காரர் கேட்டில் சொருகி வைத்து விட்டுச் சென்ற வெங்கடராமன் எடுத்துக் கொண்டு உன்னை வந்த விசாலம், கண்ணாடியை மாட்டிக் கொண்டு அவரை அவரைமாகப் பிரித்துப் படித்தான். சேகர் தான் எழுதிவிருந்தான். பூமாவின் பத்து தான் மீயிற் கிளம்பி வருவதாய். விசாலத்திற்கு சந்தோஷம் தாக்கவில்லை. இருந்தாலும் உடனே அவனையுமறிபாமல் ஒரு கவனையும் அவன் முகத்தில் இருந்ததை வெங்கடராமன் கவனித்த தவறவில்லை.

சேகரும், பூமாவும் இருவரின் கால்களிலும் விழுத்து வணங்கினார்கள்.

"பூமா! அந்த பேக்கிலே இருந்த டிபன் பாக்கை எடுத்துட்டு வா." என்ற சேகர், "என்ன முறிக்கறே, தீ பண்ணின கேக்கை நால்தான் எடுத்து வைச்சேன். அதை எடுத்துட்டு வா. அதை என் கைவாலே அம்மாவிற்கும், அப்பாவுக்கும் குடுக்கணும்.

டிபன் பாக்கிலிருந்து கேக்கை எடுத்து இரண்டு தட்டில் வைத்து அம்மாவிற்கும், அப்பாவுக்கும் கொடுத்து, "அம்மா! இது பூமா பண்ணின கேக், சாப்பிட்டு பாரு. பிரமாதமா இருக்கும்" என்று சொல்லி விட்டு உலுடனும், சோப்புடனும் குளிக் கச் சென்ற விட்டார் சேகர்.

கேக்கை கையில் எடுத்தபூமே இடியால் களைப்பது போலிருந்தது. "இதென்ன விளையும் முடியலை, உடைக்கவும் முடியலை." பாகுமுத்திப் போர்க்கன்னா, இப்படித்தான் பாராக்கல்லாய் இருக்கும். கேக்கை உடைக்க முடியாமல் உடைத்துக் கொண்டு வந்த விசாலம், "கேக்கை சாப்பிடுங்கு கறா? உடைக்க முடிவுகறா உங்கனாவே?" என்றான் கண்களில் பார்த்து.

"ஊதாம். ரொம்ப ஊர் டா இருக்கும் போலிருக்கு" என்றார்.

"பாத்தீங்கனா, நான் அவனுக்கு எத்தனை நாளைக்கு விதவிதமா கேக் பண்ணிக் குடுத்திருக்கேன். என்னிக்காவது இந்த மாநிலி வந்திருக்குமா? நாக்கைச் சப்பிக் கொண்டுண்டு எப்படி உடைக்கக் கேட்டு வாங்கிச் சாப்பிடுவான். இப்போ, இந்த கேக்கையும் சாப்பிட்டுட்டு பொதாக்க துறைக்கு பொண்டாட்டி செஞ்சதன்னு பெருமையா தங்கும் வேறே குடுத்து சாப்பிடுக் கொடுறான். பாத்தீங்கனா?"

"போகட்டும் விடு. பெருக்கு சாப்பிட்டு வைவேன்."

"நான் கைவு கண்டது சரியாய்தான் போச்சு. இப்படி கல்வானம் ஆனதும், ஆகாததுமா பொண்டாட்டிதானா மாற வேண்டாம் அவன். அடிபோட என்னையும், என் கைவலையும் மறத்துட்டு, பொண்டாட்டி செஞ்ச கேக்கை, அதுவும் என்னை

வாழ்க வையகம்

வாழ்க வளமுடன்

SPL

Wet Grinders, Motors



Decolam Box

Fibre Glass

Tiltover Type

Phone: 446479.

A Quality Product from Coimbatore

SPL AGENCIES

170/3, North Usman Road, T. Nagar, Madras-600 017.

NOTE: எல்லா தயாரிப்பு ஓவட் கிரைண்டர் மோட்டார்கள், தரமான முறையில் விநியோக சர்வீஸ் செய்து தரப்படும்.

Fashionable and Quality

VEECO®
SOUTH COTTON
HANDLOOM
SAREES

CHURIDAR SET FABRICS



MANUFACTURERS
K.J. VEE & CO.
OFF. 107/108/109, MAIN
100, 101, 102, 103, 104, 105, 106, 107, 108, 109, 110, 111, 112, 113, 114, 115, 116, 117, 118, 119, 120, 121, 122, 123, 124, 125, 126, 127, 128, 129, 130, 131, 132, 133, 134, 135, 136, 137, 138, 139, 140, 141, 142, 143, 144, 145, 146, 147, 148, 149, 150, 151, 152, 153, 154, 155, 156, 157, 158, 159, 160, 161, 162, 163, 164, 165, 166, 167, 168, 169, 170, 171, 172, 173, 174, 175, 176, 177, 178, 179, 180, 181, 182, 183, 184, 185, 186, 187, 188, 189, 190, 191, 192, 193, 194, 195, 196, 197, 198, 199, 200, 201, 202, 203, 204, 205, 206, 207, 208, 209, 210, 211, 212, 213, 214, 215, 216, 217, 218, 219, 220, 221, 222, 223, 224, 225, 226, 227, 228, 229, 230, 231, 232, 233, 234, 235, 236, 237, 238, 239, 240, 241, 242, 243, 244, 245, 246, 247, 248, 249, 250, 251, 252, 253, 254, 255, 256, 257, 258, 259, 260, 261, 262, 263, 264, 265, 266, 267, 268, 269, 270, 271, 272, 273, 274, 275, 276, 277, 278, 279, 280, 281, 282, 283, 284, 285, 286, 287, 288, 289, 290, 291, 292, 293, 294, 295, 296, 297, 298, 299, 300, 301, 302, 303, 304, 305, 306, 307, 308, 309, 310, 311, 312, 313, 314, 315, 316, 317, 318, 319, 320, 321, 322, 323, 324, 325, 326, 327, 328, 329, 330, 331, 332, 333, 334, 335, 336, 337, 338, 339, 340, 341, 342, 343, 344, 345, 346, 347, 348, 349, 350, 351, 352, 353, 354, 355, 356, 357, 358, 359, 360, 361, 362, 363, 364, 365, 366, 367, 368, 369, 370, 371, 372, 373, 374, 375, 376, 377, 378, 379, 380, 381, 382, 383, 384, 385, 386, 387, 388, 389, 390, 391, 392, 393, 394, 395, 396, 397, 398, 399, 400, 401, 402, 403, 404, 405, 406, 407, 408, 409, 410, 411, 412, 413, 414, 415, 416, 417, 418, 419, 420, 421, 422, 423, 424, 425, 426, 427, 428, 429, 430, 431, 432, 433, 434, 435, 436, 437, 438, 439, 440, 441, 442, 443, 444, 445, 446, 447, 448, 449, 450, 451, 452, 453, 454, 455, 456, 457, 458, 459, 460, 461, 462, 463, 464, 465, 466, 467, 468, 469, 470, 471, 472, 473, 474, 475, 476, 477, 478, 479, 480, 481, 482, 483, 484, 485, 486, 487, 488, 489, 490, 491, 492, 493, 494, 495, 496, 497, 498, 499, 500, 501, 502, 503, 504, 505, 506, 507, 508, 509, 510, 511, 512, 513, 514, 515, 516, 517, 518, 519, 520, 521, 522, 523, 524, 525, 526, 527, 528, 529, 530, 531, 532, 533, 534, 535, 536, 537, 538, 539, 540, 541, 542, 543, 544, 545, 546, 547, 548, 549, 550, 551, 552, 553, 554, 555, 556, 557, 558, 559, 560, 561, 562, 563, 564, 565, 566, 567, 568, 569, 570, 571, 572, 573, 574, 575, 576, 577, 578, 579, 580, 581, 582, 583, 584, 585, 586, 587, 588, 589, 590, 591, 592, 593, 594, 595, 596, 597, 598, 599, 600, 601, 602, 603, 604, 605, 606, 607, 608, 609, 610, 611, 612, 613, 614, 615, 616, 617, 618, 619, 620, 621, 622, 623, 624, 625, 626, 627, 628, 629, 630, 631, 632, 633, 634, 635, 636, 637, 638, 639, 640, 641, 642, 643, 644, 645, 646, 647, 648, 649, 650, 651, 652, 653, 654, 655, 656, 657, 658, 659, 660, 661, 662, 663, 664, 665, 666, 667, 668, 669, 670, 671, 672, 673, 674, 675, 676, 677, 678, 679, 680, 681, 682, 683, 684, 685, 686, 687, 688, 689, 690, 691, 692, 693, 694, 695, 696, 697, 698, 699, 700, 701, 702, 703, 704, 705, 706, 707, 708, 709, 710, 711, 712, 713, 714, 715, 716, 717, 718, 719, 720, 721, 722, 723, 724, 725, 726, 727, 728, 729, 730, 731, 732, 733, 734, 735, 736, 737, 738, 739, 740, 741, 742, 743, 744, 745, 746, 747, 748, 749, 750, 751, 752, 753, 754, 755, 756, 757, 758, 759, 760, 761, 762, 763, 764, 765, 766, 767, 768, 769, 770, 771, 772, 773, 774, 775, 776, 777, 778, 779, 780, 781, 782, 783, 784, 785, 786, 787, 788, 789, 790, 791, 792, 793, 794, 795, 796, 797, 798, 799, 800, 801, 802, 803, 804, 805, 806, 807, 808, 809, 810, 811, 812, 813, 814, 815, 816, 817, 818, 819, 820, 821, 822, 823, 824, 825, 826, 827, 828, 829, 830, 831, 832, 833, 834, 835, 836, 837, 838, 839, 840, 841, 842, 843, 844, 845, 846, 847, 848, 849, 850, 851, 852, 853, 854, 855, 856, 857, 858, 859, 860, 861, 862, 863, 864, 865, 866, 867, 868, 869, 870, 871, 872, 873, 874, 875, 876, 877, 878, 879, 880, 881, 882, 883, 884, 885, 886, 887, 888, 889, 890, 891, 892, 893, 894, 895, 896, 897, 898, 899, 900, 901, 902, 903, 904, 905, 906, 907, 908, 909, 910, 911, 912, 913, 914, 915, 916, 917, 918, 919, 920, 921, 922, 923, 924, 925, 926, 927, 928, 929, 930, 931, 932, 933, 934, 935, 936, 937, 938, 939, 940, 941, 942, 943, 944, 945, 946, 947, 948, 949, 950, 951, 952, 953, 954, 955, 956, 957, 958, 959, 960, 961, 962, 963, 964, 965, 966, 967, 968, 969, 970, 971, 972, 973, 974, 975, 976, 977, 978, 979, 980, 981, 982, 983, 984, 985, 986, 987, 988, 989, 990, 991, 992, 993, 994, 995, 996, 997, 998, 999, 1000.

வைக்கண்டு ஒரேயடியாக புகழ்த்து பேசினா. அது என்னை 'இன்சைட்' பண்ணறமாறிச்சு தான். பொண்டாட்டின்னா. கல்லைக் கூட திரைம் பண்ணிண்டிருவான் போலிருக்கு. தங்க எவ்வ வெண்புரினாலும் சொல்லுங்க. அவன் ஒரேயடியாக என்னையும், என் சமையலையும் தூக்கி எறிஞ்சுட்டான்." வீதாவைத் தொண்டை அடைக்க பேசி விட்டுப் புடைதலுடன் தலைப்பால் கண்ணையும் துடைத்துக் கொண்டான்.

"சரி, சரி. தேவர் வரான். கொஞ்ச நாளானக்கு இருந்துட்டு போகப் போறான். கேக் தல்லாபிச்சலை. அது. இதுன்னு சொல்லிண்டிருக்காதே. அவன் மனசு கஷ்டப் படும் என்று மனசைவிடம் மெதுவாகப் பேசி விட்டு கேக்கைச் சாப்பிட்டார் வெங்கட்டாராம்."

"என்னம்மா! கேக்கைச் சாப்பிட்டியா? எப்படி இருக்கு?" தலையைத் துலாடிக்கொண்டே அம்மாவின் முன் வந்து நின்ற சேகர். "அம்மா! யூம்! செஞ்ச கேக் எவ்வளவு மேலட்டை இருக்கு பார்த்தியா! இந்த மாடிரி கேக்கை நீ ஜென்மத்திலே பார்த்திருக்கக் கூட மாட்டே! இந்த தீவும் சாப்பிட்டு பார்த்துண்டுதான் பூமாவுக்குக் கூட தெரியாம எடுத்துண்டு வந்தேன். அம்மா! தீயே சொல்லும்தான், எனக்கு கேக்குன்னு எவ்வளவு உசிர்ன்னு உனக்குத்தான் தெரியும். ஆனவையிருத்தவனு ஒருதான் செம்மச் சொல்லிட்டேன். இப்படி யொரு கேக்கை செஞ்சு எனக்கு கேக் ஆனாலே இல்லாமல் எண்ணிட்டேன். என் உயிரைப் பாரும்மா. செண்டு மாதத்திலே ஒரு கிவோ குறைஞ்சிட்டேன். பூமாவுக்கு சமைவல் விஷயத்திலேயும் சரி. ஸைட், காரம் செவ்வற இடையும் சரி. கொஞ்சங்கூட போறாதும்தான். ஊருக்குப் போனதிலேயிருந்து சப்பாத்தி. சப்பாத்தின்னு திருப்பித் திருப்பி அதையே செஞ்சு என் தாக்கே செத்துப் போச்சும்தான். போதாச் சுகறக்கு ரெண்டு மாதமா உங்கம்மா சமையலைச் சாப்பிடப் போறேனோ தெரிய வைத்து வேறே வெட்கமில்லாம சொல்லிக்கறா. அம்மா! இதோ. பாரு. நான் ஊருக்குப் போற வரைக்கும் உன் கையாலே சமைவல் செஞ்சு திருப்பியா சாப்பிடப் போறேன். அது மட்டுமில்லே இந்த பந்து நாளிலே, உன் தையாகத்திலே கொஞ்சுண்டாவது பூமாவுக்கும் சொல்லித் தருவது. இல் வேண்டா. அது சமைவலைச் சாப்பிட்டு கிவோ ஊக்கிலே குறைஞ்சு காணாமல் போயிருவான்."

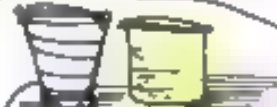
தேவர் சொல்லச் சொல்ல விசுவாசத்தின் முகம், சத்தொலுத்தாலும், பெருமையாலும் பூசித்துப் போனது. சுகறத்தையும்தான் இவளது "எதிர் பார்ப்புகள்" எல்லாத் தாய்களுக்குமே இருக்குமோ? என்று எண்ணியவாரே அசையாமல் மனசைவிடம் நிமிர்ந்து பார்த்தார். அவர் பார்த்து, "என்ன, இப்போ இருப்பியாச்சா?" என்றது.

சுகறத்தையும்தான் இவளது "எதிர் பார்ப்புகள்" எல்லாத் தாய்களுக்குமே இருக்குமோ? என்று எண்ணியவாரே அசையாமல் மனசைவிடம் நிமிர்ந்து பார்த்தார். அவர் பார்த்து, "என்ன, இப்போ இருப்பியாச்சா?" என்றது.

கொகவத்தி கருள் எடுக்கும் போது உடைந்தால், உபயோகமில்லை எனத் தூக்கி எறியத் தெய்வமில்லை. அதன் வெளி முணைவை ஒரு தூலில் கட்டி, வசதியான இடத்தில், மறுமுணையை ஏற்றி விட்டு, தொங்க விட்டு விட்டால், அது முழுவதும் எரிந்து, பலன் கொடுக்கும்.



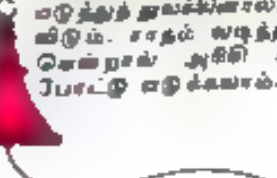
பாவத்தினைப் போல் விட்டால் சிந்தித் தவிர விட்டு உறைந்திடுவதற்கு உங்கம்மா, நான் மனசை நினைத்துத் தவிர்த்து, வசதிக்குச் சாக்கார, எவ்வளவுச் சேர்த்து மிக்கமில் அரைத்துச் சிப்பிச் சேரும்.



அடைக்கு அரைக்கும்போது சிந்திப் புகையும் சேர்த்து அரைத்தால் உப்பு, உறைப்போடு, புகையும் சேர்த்து நன்றாக இருக்கும்.



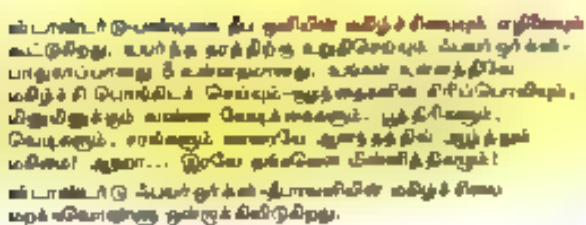
சுகறம், மற்றும் வெள்ளிப் பாத்ரி எங்கள் கருத்துக் காணப்பட்டால், அதற்கு சாதம் வடிவத் கஞ்சியில் சிந்து தேரம் பாத்ரித்த கரு வையத்து, மின் எடுத்துத் தவக்கினால், வெண்ணையாகி விடும். சாதம் வடிவத் கஞ்சியில்வை கொன்றால் அரிசி கணந்த நீரில் போட்டு எடுக்கலாம்.





2012年12月12日 星期三

...continued





தெரிவாதவர்களுக்காக.....

நோன்பு

அதிரஸம்

இப்பாலு அமராவசை அன்று வரும் நேகர கெனரி நோன்புக்கு, அதிரஸம் செய்து வைத்து படைப்பது தொன்று தொட்டு உந்து வரும் பூதை முறையில் ஒன்று.

தமிழர்கள் கொண்டுள்ள விரதம், இவ் விரதத்தின் பூதையில் எண்ணிக்கையில் 21 என்று வைத்து பூதை செய்வார்கள் சிலர், சிலர் அள்ளி வைத்து எண்ணிக்கையில் 1000 வைத்து பூதை செய்வார்கள், சிலர் சந்தை உருண்டை, வெற்றிலை, பாக்கு, மஞ்சள், வாழைப்பழம், அதிரஸம், வடை இவைகளை எண்ணி 21 என்று வைத்து பூதை செய்வார்கள், விபூதி உருண்டை கூட 21 என்று வைத்து வணங்குவார்களும் உண்டு. நோன்பு என்றால் முக்கியமாக நோன்பு உறுது எப்படி முக்கியமோ அதே போல் அதிரஸம் கண்டிப்பாக முக்கியமோ என்று.

சாஸ்திர முறைப்படி செய்வது என்றால் அதிரஸத்திற்கு அரிசி ஊற வைக்கும் போது குளித்து விட்டு ஊற வைத்து மடிப்பு, வாய் இடிப்பார்கள். பாரு சட்டி வைக்கும் போது, குளித்து விட்டு அடுப்பு மூட்டி பாரு வைத்து அதிரஸம் செய்வார்கள்.

ஆனால் இக்காலத்தில் இதெல்லாம் குறைந்து கொண்டே வந்து, மிக்கிரி வேலே மாய் அரைத்து காய் அடுப்பிவேலே பாரு வைத்து, அதிரஸம் செய்து விடுகிறார்கள்.

பாரு வைக்கும் போது அடுப்பை நூட்டும் போது பின்னையாட்டிக்கு வைத்து (சாணி விடலா, மஞ்சள் பொடியினாலோ) வெற்றிலை பாக்குப் பழம் வைத்து கற்பூரம் ஏற்றி அக் கற்பூரத்தை அடுப்பிலிட்டு, அடுப்புப் பற்ற வைப்பார்கள், அதிரஸம் கடுப் போது, அதிரஸத்தின் ஓட்டை விழுந்து சரியாக அழகாக வாலின்னை வன்றால், ஏதோ உத்தம் குறைந்து விட்டதாகவும், வீட்டில் ஏதாவது செத்தல் வந்து விடுமோ என்று பயப்படுவார்கள் - முன்பு!

சென்னை பழக்கம் புதுர் சட்டியில், புது அடுப்பு வைத்து, பாரு எடுப்பார்கள், சிலர் அதிரஸம் தெய்வில் கடும், வழக்கமும் உண்டு, பொதுவாக நல்ல எண்ணெயில்தான் கடுவது வழக்கம், இக் காலத்தில் தெய்வில் கடுவது நடக்காத ஒன்று.

மேலும் அதிரஸம் கடுவது என்பது வெங்கம், அரிசி, பாருக்கு வைக்கும் தண்ணீர் இதில் சரியாக இருந்தால் அதிரஸம் கண்டிப்பாக தன்றாக வரும்.

அரிசி நல்ல பச்சரிசிலாக இருக்க வேண்டும், வெங்கம் பாரு உருண்டை வெல்லம் தான் இருக்க வேண்டும், அச்ச வெல்லம் சரியாக வருவதில்லை, பாருக்கு வைக்கும் தண்ணீர் அலவுடன் இருக்க வேண்டும்.

அதிரஸம் செய்யும் அளவுகள் பச்சரிசி - 1 கிலோ,

உருண்ட வெல்லம் - ½ கிலோ,
ஏலக்காய்த் தூள் - ½ ல்ப்பூன்.

வெல்லம் ½ கிலோ என்றால் ½ கிலோ
நான் எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.
ஆனால் அரிசி 1 கிலோ அரிசி என்றால்
300 கிராம் அரிசி அதிகமாக கறை வைக்க
வும்.

1 கிலோவிற்கு 5 ஆழாக்கு அரிசிவாகும்.
2 ஆழாக்கு கூட போட்டு கறைவைக்கவும்.
ஒளையில் வெல்லம் பாகு நிறையவும்
இனிப்பு அதிகம் உள்ளதாக இருக்கும்.
அரிசி மாவு அதிகமாக இருக்கும்.
அரிசியை நீரில் ஒரு மணி நேரம் கறை
வைத்து துல்லாவையில் வடிக்கட்டிக் கொள்ள
வும்.

அதிக நேரம் கறை வைத்தால் அரிசி மாவு
சுரம் அதிகமாகி விடும். பாகு நீற்றுக்
கொண்டு (இளகிக் கொண்டு) அரிசி மாவு
அளவுக்கதிகமாகி பதம் தவறி விடும்.

செய்யும் விதம்:

வெல்லத்தை அரிவாள் மணையில் சேலி
வைத்துக் கொள்ளவும். சேலினால் கொதித்
தும் நேரம் குறைந்து, பாகு பதம் வரும்.
தூளாகப் பொடி செய்தால் சேக்கிரம் களா
யாது. நேரம் ஆகும்.

சுயம் பூசிய அகலமான பாதிரத்தில் ஒரு
கை அளவு அல்லது ½ டன்ஸ் நீர் விட்டால்
போதும். வெல்லம் பாகு சேக்கிரம் களாந்து
நுரைத்து வரும்.

அரிசியை இடித்துச் சலித்து மானை ஒரு
தாம்பாளத்தில் வைத்துக் கொள்ளவும்.
ஏலக்காய்ப் பொடியையும் மாவில் கலந்து
கொள்ளவும்.

பாகு வைக்குமுன் மானை தயாராக
வைத்திருக்க வேண்டும். பாகு இறக்கி
வைத்து சிறிது நேரம் கூட தாமதிக்காமல்
பாகு சட்டியைத் துளியுடன் காலில் பிடித்
துக் கொண்டு மற்றவர் இரண்டு கைகளி
ளாலும் மானை அளக்கி தூவினார் போல
போட வேண்டும். போடும் போது நாம்
வைத்துள்ள பாகில் பருப்பு மிகிதும் மத்தின்
காம்பினால் மாவு போட போட ஒன்று
போல கிளற வேண்டும். கட்டி தட்டாது
பயப்படாமல் கிளறவும். கெட்டியானதும்
மீதி மானை நிறுத்தி விடலாம். பரவா
வில்லை. தவறுவில்லை. ஆனால் நாம் வைக்

கும் பாதிர்து மாவு பத்திரம் போல் விட்
டால் பாகு தளதளவென்று வட்டமாக தட்ட
வராது. பாகை சிறிது நேரம் ஆற விடவும்.

பாகு பதம் கண்டுபிடிக்கும் விதம்

வெல்லம் கொதிக்கும் போது, நுரைத்து
வரும். சிறிய தட்டில் சிறிது நீர் விட்டு,
பாகை கிளரும் கரையுமினாவை தட்டில்
விட்டு, வீரலினால் உருட்டினால் கருண்டு
வர வேண்டும். இளகிய பதத்தில் உருண்டு
வந்தால் உடனே பாகை இறக்கி வைத்து
மானை போட்டுக் கிளறவும்.

அதிரஸத்திர்து பாகுபதந்தான் முக்கி
யம். ஒட்டையும் விழாது, லிரித்துப்
போகாது, சகுனம் சரியில்லை என்றும்
நினைக்க வேண்டாம். பாகு முறித்து விட்
டால் அதிரஸம் வராது.

அதிரஸம் செய்யும் விதம்

பால் கவரை சதுரமாகக் கத்தரித்தும்,
வாளை இல்லைய சிறிது துண்டுகளாகியும்
அவற்றில் தட்டலாம். சிறிய உருண்டை
களாக எண்ணெய் விரல்களினால் வட்ட
மாக தட்டவும்.

வாளைலில் எண்ணெய் கரந்ததும்
ஒட்டுவொன்றாகத்தான் போட்டு எடுக்க
வேண்டும். வடை பொல் நிறைய போடக்
கூடாது.

அதிரசம் சிவந்ததும், அதிரஸத்தில்
உள்ள எண்ணெயை அழுக்கிப் பீறித்து
எடுக்க வேண்டும்.

அதிரஸம் பீழியும் கட்டையே இருக்
கிறது. இல்லாதவர்கள், பெரிய தட்டில்
சிறிய தட்டை கலிந்ததுப் போட்டு, அதன்
மேல் எண்ணெயிலிருந்து பொரித்த அதிர
ஸத்தை வைத்து, ஒரு உயரமான பாத்
திரத்தை (பால் தொப்பு) வைத்து அழுக்
கிவால், எண்ணெயெல்லாம் வெளி வந்து
விடும். கை கடாயல் இருக்கத்தான் உயர்
மான பாதிரத்தை வைத்து அழுக்கிப் பீழிய
வேண்டும்.

பிறகுதான் பூஸலுக்கு வைத்து படைப்பார்
கள்.

அதிரஸம் செய்வது அநேக பேர்களுக்கு
புரியாத புதிராக இருக்கிறது. கொடுத்தால்
சாப்பிட பீரியப்படுகிறார்கள். செய்யும்
முறைதான் தெரியவில்லை என்கிறார்கள்.
குறிப்பு: ஏலக்காய்ப் பொடியை பாகிலும்
போடலாம். அல்லது மாவிலும் போட்டு
கலத்து விடலாம்.

நோன்பு உள்ளவர்கள் செய்வார்கள்.
நோன்பு இல்லாதவர்களும் செய்து பாகுந்
களேன்!

தட்டை தயாரிக்கும் போது சில கறி
வேப்பிலைகளைப் பொடியாக நறுக்கி
மாவில் கலத்து தயாரித்தால் வராசனை,
கவை கூடும்.

— விஷி.

கருணா சீதாராமன்.

மங்கையர் விரும்பும் மலர்களைத் தருவது "கார்டன்"

"கார்டன்" மியூனின் துணிகளை அன்ஸித் தருவது "ஜிப்ஸி"

G
I
P
S
Y



MILL SHOW ROOM
100, DB ROAD, R S PURAM,
COIMBATORE - 2

P
I

மறவாதீர்கள் ஜிப்ஸி பிரத்தியேக கார்டன் மில் ஷோரூம்.

"ஜிப்ஸி கார்டன்," R. S. புரம், கோயம்புத்தூர் - 2, போன்: 32888
42353



தரம்நாடுவோர் தவறாமல் நாடுவது
A 1

S.K.C. பிராண்டு அக்மார்க்

நெய்

200 கிராம் ½ Kg 1 Kg 2 Kg 5 Kg 15 Kg

டிஸ்களில் கிடைக்கும்

Phone : 22224

ஸ்ரீ கண்ணன் & கோ

15 (7-C) மங்கலம் ரோடு,

திருப்பூர்-638 504.

சென்னை கிளை:

8, வேலாம்பாள வீதி,

தி. நகர், சென்னை-600 017.

Phone : 448165

Bombay Stockist

KANNI STORES

SHIV MAGAL,

PLOT NO. 206, SION EAST

BOMBAY - 400 022.

Phone : 475877

வைக் கதைகள்

மாப்பிள்ளை



இளவெயல்வாய் வேடிக்கை
யாகப் பாட்டிகளும், அத்தைப்
பாட்டிகளும் சொல்லிவரும் கதை
கள். சுமமா சிரித்து வைக்கவாரமே!

உர்லா, தலைவா!

மாமனார் வீட்டிற்கு வந்திருந்தார் மாப்பிள்ளை. பலத்த உபசாரம் நடந்தது. மாப்பிள்ளை ஒப்பெடுத்துக் கொண்டிருந்தார். அம்மாவும் பெண்ணும் பல விஷயங்கள் பேசிக் கொண்டிருந்தனர். பேச்சோடு பேச்சாகப் பெண்ணை தாயாரிடம், "அம்மா உன் மாப்பிள்ளைக்கு என்னுள் பொடி என்னாய் உயிர்," என்று கூறினாள். இதிகேட்ட. மாப்பிள்ளை கும்மாள இருப்பாளா? உடனே என்னை உற வைத்து வந்து உரையில் போட்டு இடித்து மாப்பிள்ளைக்காக ஆசையுடன் என்னுள் பொடி தயாரித்து மாணவியை கொடுக்கலாம் என்று உன்னை கொண்டு போய் வைத்து விட்டாள்.

தாய்க் கழுந்த மாப்பிள்ளை வீட்டில் பின்புறம் கொட்டில் பக்கம் வந்தார். என்னுள் பொடி ஒட்டியுள்ள உரையைக் கண்டதும் அவர் நாலில் தீர் கூறிவது. ஆசைக் கோளாறு. சுற்றிலும் பார்த்தார். ஒருவரையும் காணவில்லை. உரையைத் தன்வயை விட்டு விட்டார். எக்குத்தப்பாக, திருப்பி எடுக்கவே வரவில்லை. பலவிதத்தில் தலையை ஆட்ட முயற்சி பண்ணியும் முடியவில்லை. தற்செயலாகப் பழக்கடைப் பக்கம் வந்த மாப்பிள்ளை இதைக் கண்டு பயந்து எல்

லோரையும் கூப்பிட. தெருவே கூடிவிட்டது.

உரையை உடைக்கவாய் என்று ஒருவர் யோசனை சொல்ல விட்டிருந்த கொள்ளுப் பாட்டி பெரிதாக அழ ஆரம்பித்து விட்டாள். காரணம், அந்த உரில் அவர் கணவர் ஆசையுடன் வாய்க்கிப் போட்ட தாய். அந்த யோசனை கைவிடப்பட்டது. இதற்கிடையில் உரையை சுற்றியுள்ள கூட்டத்தில் ஒருவருக்கு மூக்கு நமதம் என்றது. அவர் பொடி போடும் வழக்கம் கன்னவர். கைவிரலில் கணிசமாக மூக்குப் பொடியை எடுத்து, "சரி... சரி..." என்று மூக்கில் வைத்து சுற்றிவிட்டுக் கையை ஒரு உறுது சுற்றினார். அவர் கிரகிலுடையிருந்த மூக்குப் பொடி உரையில் அகப்பட்ட நம் மாப்பிள்ளையின் மூக்கைச் சரிவாகப் போய்ச் சுரணம் அடைந்தது. மாப்பிள்ளையின் மூக்கில் ஒரு பிரளயம். மகா பாரத யுத்தமே நடக்கிறாற் போன்ற அவஸ்தை. தள்ள மாட்டாமல் ஏற்பட்ட ஸ்பீடில் வந்து நம்மலில் ஏற்பட்ட குறுக்கலில் நமது மாப்பிள்ளையின் தலை உரையிலிருந்து விடுதலையாகி வெளியே வந்தது.

பிறகென்ன? என்னுள் பொடி ரகிரக இருந்த நம் மாப்பிள்ளை மூக்குப் பொடிக்கு அடிமையாகி வாழ்நாள் பூராவும் முருகன் கையேல் போல் கையில் மூக்குப் பொடி டப்பாவை மேயே காட்டுவனத்தார்.

பரம சாது மாப்பிள்ளை!

சற்று அதிகச் சமத்தான மாப்பிள்ளை ஒருவருக்கு மாமனார் வீட்டிற்குப் போகச் சந்தர்ப்பம் வாய்த்தது. பிள்ளை போய் ஏடாகூடமாக ஏதாவது உளறாமல் இருக்க வேண்டுமே என்ற கவலையில் மாப்பிள்ளையின் அம்மா பிள்ளைக்கு அறிவுரை சொல்லி அனுப்பினாள்.



“இதோ பாரப்பா! மாமனார் வீட்டிற்குப் போனால் அனாவதிவமாகப் பேசக் கூடாது. கட்டினை பசுப் போல பேசாமல் இருக்க வேண்டும்” என்று சொல்லி அனுப்பினார். பிள்ளையின் செயலும் அசட்டுத்தனமாக இருக்குமே என்ற பயம் அவளுக்கு. மாப்பிள்ளை மாமனார் வீட்டிற்கு வந்தார். எல்லோரும் வாசலிலேயே வந்து வர வேற்று, உபசரித்து உண்ணை அனுமதித்துச் சென்று கேட்க வாய்ப்புகளை விரித்தனர். மாப்பிள்ளை எந்தப் பதிலும் சொல்லாமல் நோக்க ‘லிர்’ என்று வீட்டின் பின்புறமுள்ள மாட்டுக் கொட்டிலுக்குப் போய் மாடு கட்டும் கயிறறைக் கழுத்தில் மாட்டிக் கொண்டு நின்றார். வீட்டிலுள்ளவர்களுக்கு ஒன்றும் புரியவில்லை. மாப்பிள்ளைக்கு இதோ கோபம் போதும் என்று எண்ணி பலவிதங்களிலும் சமாதானம் செய்தனர். மாப்பிள்ளை அப்போதும் பதில் ஏதும் சொல்லவில்லை.

அக்கம்பக்கம் உள்ளோர் வந்து கூடிவிட்டனர். கழுத்தில் கயிறு மாட்டிக் கொண்டது கூடத் தற்கொலை முயற்சியோ என்னவோ



என்று சிலர் வம்பளக்கவே பெண்ணின் பெற்றோர் பவத்துவிட்டனர். பெண் மாலை மாலைவராகக் கண்ணீர் விடுகிறாள். ஒரு வேளை பசிவாக இருக்குமோ என்று நினைத்து டிபன் காப்பியெல்லாம் மாட்டுக்

மெடிமிக்ஸ்



பரிக பொருட்கள்

மொபட், டி.வி, டிரான்ஸிஸ்டர்,
டேப் ரிகார்டர், டேபிள் பேன்,
பிரஷ்ருக்கர், பிளாஸ்டிக், மிக்ஸி,
சைக்கிள், மைக்ரோகாரம், கழி காரம்,
டம்பளர், பித்தளைக்குடம், ரேசர்,
டிபன்பாக்ஸ், பேஜ், ரூ. 100, 50, 20,



மெடிமிக்ஸ் பரிகுத்திட்டம்

விவரங்கள் சோபடி உதையில் கண்டறியப்பட்டுள்ளன

சட்டம் எதிலுக்கு உயர்ந்த மூலகை பாதுகாப்பு



மெடிமிக்ஸ்

ஆயுர்வேத டாய்லட் சோப்

- முகப்பரு
- கரும்புள்ளி
- சிரங்கு
- படை
- தேமல்
- பொருகு
- வேர்க்குரு
- சொறி

வீட்டுபார்த்தார். "அட்டா! ரொம்பப் பழுத்து விட்டது. இதை ஆபரேஷன்தான் செய்ய வேண்டும். இல்லாவிட்டால் ஆபத்து." என்று சொல்லிவிட்டார். மாப்பிள்ளைக்கு வயிற்றறைக் கலக்கிவது. என்ன செய்வது?

நல்ல காலம் அந்தச் சமயம் அவர் மனைவி "ஐயம்யோ! ஆபரேஷனா? அதெல்லாம் வேண்டாம், ஏதாவது மருந்து தடவுங்கள் போதும்." என்று கூறி அது ஆரம்பித்து விட்டார். மருந்து தடவிய பிறகு கொஞ்ச நேரம் ஆகிவிட்டது. மாப்பிள்ளை தூக்கம் வருகிறதென்று சைனாக செய்தார். முகம் முழுவதையும் போர்வைமீது மூடிக்கொண்டார். ஒருவழியாக வாயிலுள்ள அரிசி முழு வதையும் மென்று தின்றார். இத்தனை நேரம் அரிசியை வாழிலேயே அடக்கிக் கொண்டிருந்ததால் வாயெல்லாம் வறி.

சிறிது நேரம் சென்ற பின் போர்வையை எலக்கினால் மாப்பிள்ளையின் முகம்பழைய படி ஆகிவிட்டது. எவ்வோரும் ஆவந்தக் கண்ணீர் வடித்தனர். எவ்விதமிடக்கு அன்று நல்ல சமையரத்துடன் திறைய வகுமாணம். நல்ல அகராதி என்று மட்டும் வேறு.

தேடி நின்ற மாப்பிள்ளை!

ஒரு மாப்பிள்ளை மாமனார் வீட்டிற்கு வந்து தங்கியிருந்த சமயம் வீட்டில் நான் போனார்களுக்குத் திதி வந்தது. வீட்டு மாப்பிள்ளை அநிதியாக இருந்ததால் சிகவும் எரிசேஷம் என்பதால் மாப்பிள்ளையையும் சாப்பிட்ட கொல்லிவிடுந்தனர். மாப்பிள்ளை என்னென்று கந்தாமை செய்வதற்காக என்னென்னையும் சேக்காய்ப் பொடியையும் இது பாத்திரங்களில் எடுத்துக் கொண்டு ஆற்றங்கரைக்குச் சென்றார். நேரம்

ஒடிக்கொண்டிருந்தது. மாப்பிள்ளையைக் காணவில்லை. நன்றாக நீந்திக் குளிக்கிறாற்போலிருக்கிறது என்று எண்ணி வீட்டிலுள்ள லோரும் புரோகிதரும் பொறுமைமூடன் காத்திருந்தனர்.

வெகுநேரம் ஆனபின் எவ்வோரையும் கவலை பிடித்துக் கொண்டது. பயந்து போய் எவ்வோரும் ஆற்றங்கரையை நோக்கிச் சென்றனர். அங்கே மாப்பிள்ளை கொட்டச் கொட்ட என்னெனவுடன் தண்ணீரில் திந் திரார். அவர் முகத்தில் கவலை. என்ன விஷயம் என்று விசாரித்தால் மாப்பிள்ளை விவரித்து இவ்வாறு.

என்னென்று தேய்த்துக் கொண்ட. மாப்பிள்ளை நடு ஆற்றிற்குச் சென்று அங்கிருந்த பாளையல், சேக்காய்ப் பாத்திரத்தை வைத்து விட்டு ஆற்றினுள் மூழ்கியிருக்கிறார். நிரித்தால் சேக்காய்ப் பாத்திரத்தைக் காணவில்லை. இவருக்கு நோடியாக அங்கே ஓர் ஏருமைதான் தண்ணீரில் முழுகி எழுந்து கொண்டிருந்தது. இவர் பாளையலுநிலைத்தது மனமையில் ஓர் ஏருமைமீன் முதுகு. தண்ணீரில் மூழ்கித் தேடி பாத்திரத்தைக் கண்டுபிடித்த மாப்பிள்ளை அடுத்து சேக்காய்ப் பொடியைத் தேடிக்கொண்டிருக்கிறார். அதுதான் இவ்வளவு நேரம்.

அத்தவாக்களுக்கு என்ன செய்வது எவ்நே தெரியவில்லை. மாப்பிள்ளையை முட்டாள் என்று சொல்லவும் முடியாது. வேறு வழி கில்லை. "கிடைக்காவிட்டால் போகிறது மாப்பிள்ளை, வேறு சேக்காய்த் தேய்த்துக் கொள்ளலாம்." என்று கூறி வீட்டிலிருந்து வேறு சேக்காய் கொண்டு வந்து கொடுத்து மாப்பிள்ளை குளிக்கத் தவிர காத்திருந்து கடீடிக் கொண்டு போனார்கள்.

— ராஜி சுப்ரமணியன்.

கீம்மாத கில்லத்தரசி போட்டி

பொருள்: சூயர்

கடைசி தேதி: 15.11.88.

சகமயல் சூப்பன்

..... என்ற தலைப்பில் சகமயல் குறிப்பை இத்துடன் அனுப்பியுள்ளீர்கள். இச் சகமயல் குறிப்பு இதுவரை எந்தப் பத்திரிகையிலும், எந்தப் புத்தகத்திலும் வெளியாகாதல்ல என்று உறுதி கூறுகிறேன்.

கைவியாப்பம்

சேஷலக்ஷி
சோனாம்பரி
வண்ண
முகம்
வள்ளப்படி

8.10.88 முதல்
அனைத்து
ரகங்களுக்கும்

20%

தீபாவளி
சிறப்புத்
தள்ளுபடி

ஹோட்டலும் ஹவுஸ்



(முழுதூர் 41 கண்டிமன்) மத்திய அரசு ஆதாரப் பெற்றது.

7, சத்தன் பஜார், சென்னை 600 003.

134, போலஸ் ரோடு (LIC பிளாக்) உதுரை 625 001.

101-C திவான் பகதூர் ரோடு, R.S. புரம், கோயம்புத்தூர் 641 002.

ஆலித, விநாயக திருவிழைகள் என்பனவும்.

மத்திய அரசு ஊழியர்களுக்கும் கூட வசதி உண்டு.

இம்மாத விலக்குகள்



முதல் பரிசு:
சௌ காந்தா மசாலா

தேவையான பொருட்கள்:

பெரிய வெங்காயம் - 4,
கடலைப் பருப்பு - 1 ஆழாக்கு,
தனியா (கொத்துமல்லி விதை) - 2 ஸ்பூன்,
வெந்தியம் - 1/2 ஸ்பூன்,
மிளகாய் வற்றல் - 4-5 (உறைப்புக்கு ஏற்ப).

சேரம் - 1/2 ஸ்பூன்,
கொத்துமல்லித் தழை, கறிவேப்பிலை,
வெல்லம் - 1 கட்டி,

எண்ணெய் - 1 கப்.
உப்பு - தேவையான அளவு.

செய்முறை:

முதலில் கடலைப் பருப்பைக் கல் பொறுக்கி அலப்பித்துக்களில் வேக விடவும். வெங்காயம் தோலுரித்துக் கமராக நறுக்கி வைத்துக் கொள்ளவும். வானலில் ஒரு திரிய கரண்டி எண்ணெய் விட்டு தனியா, வெந்தியம், மிளகாய் வற்றல் ஆகியவற்றைச் சிவக்க வறுத்துப் பின்பு வெங்காயத்தையும் நன்றாக வதக்கி எடுக்கவும். கடலைப் பருப்பை எடுத்து வைத்துக் கொள்ளவும். மிக்ஸரில் வறுத்த சாயங்களைப் போட்டு தண்ணீர் விட்டு மெலி அரைத்துக் கொள்ளவும். அதனுடன் வெங்காயத்தையும்

செரித்து அரைக்கலாம். அதன் மேலே வேக வைத்துள்ள க. பருப்பை அரைத்து எடுக்கவும்.

ஒரு வாய்க்குற பாத்திரத்தில் எண்ணெய் விட்டுக் கடுகு, சீரகம் தாளித்து அரைத்து வைத்துள்ள மசாலா சாமான்களைப் போட்டு நன்றாகக் கருகக் கிளறவும். அதன் மேல் கடலைப்பருப்பு விரிசைத் போட்டுக் கிளறவும். மிக்ஸி அலம்பிய தண்ணீரையும் விடலாம். வேண்டுமென்ற அளவுக்கு தண்ணீர் விட்டுப் பெருக்கிச் சப்பப் போடவும். கொத்துமல்லித் தழைையைப் பொடியாக அரித்து அலம்பிப் போட்டுக் கறிவேப்பிலை போடவும். நன்றாகத் தனதுளவேனக் கொதித்த பின் தோசை மாவு போல் கெட்டி யானவுடன் வெல்லும் போட்டுக் கரைத்த வுடன் இறக்கி வைக்கவும். சப்பாத்தி, பூரி இவைகளுடன் சாப்பிடக் கவையாக இருக்கும்.

வினாயகணி, கல்யாண்.

பம்பாய்.



தேவையான பொருட்கள்:

கடலைப்பருப்பு - 1 ஆழாக்கு,
வெல்லம் (பொடித்து) - 2 ஆழாக்கு,
ஏலக்காய் - 6,
முத்திரிப் பருப்பு - 35 கிராம்,
செரி புருட் - 10 கிராம்,
டால்டா - 150 கிராம்.

செய்முறை:

கடலைப் பருப்பை நன்றாகச் சிவக்க வைத்துக் கொள்ளவும். தண்ணீரில் சுமார் 1 மணி நேரம் ஊற வைக்கவும். ஏலக் காயைப் பொடி செய்து கொள்ளவும். முத்திரிப் பருப்பைச் சிறு துண்டுகளாகக் கிள்ளி வைத்துக் கொள்ளவும். செரி புருட்டைச் சிறுசிறு துண்டுகளாக நறுக்கிக் கொள்ளவும். நன்கு களிய பின் கடலைப் பருப்பை நன்றாகக் களைந்து கல்லை அரித்துத் தண்ணீரை தன்கு வடிவ வைக்கவும். மிக்ஸிவில் டரை மிசேரு வைத்து ஊதலாகப் பொடி மாதிர் அரைத்துக் கொள்ளவும். ஒரு சட்டி யில் டால்டாவை விட்டு முத்திரிப் பருப்பை வறுத்து எடுத்துக் கொள்ளவும். சட்டியில் காய்ந்த டால்டாவில் அரைத்த கடலைப் பருப்பைப் போட்டு நன்றாகக் கிளறவும். நன்றாக வதக்கிப்பின் அரை எடுத்துவிட்டு வெல்லத்தைத் தட்டிச் சிறிதளவு நீர் சட்டி யில் விட்டு வெல்லத்தை அதில் போடவும். டங்குப் பாரு தயாரிக்கவும். (சிறிதளவு நீரில் ஒரு உபராவில் பானைச் சிறிது விட்டுப் பார்க்க வேண்டும். பாரு கைக்கு உருட்ட

வத்தால் ஒரு பாத்திரத்தில் விசிப் போட்டுப் பார்த்தால் டங் என்ற சத்தம் வரும்). அப்பி னைத் தண்ணீரில் கொள்ளவும்.

கிளறி வைத்த கடலைப் பருப்பு மாலை அதில் போட்டு நன்றாகக் கிளறவும். நல்ல உதிராக வரும். (இந்தக் கலவை சுமார் ஒரு மாதம் வரை கெடாது.) ஏலக்காய்ப் பொடி முத்திரிப் பருப்பைப் போட வேண்டும். நறுக்கி வைத்த செரி புருத்தைப் போட்டு. எல்லாவற்றையும் நன்றாகக் கலக்க வேண் டும். இட்லிப் பானையில் தண்ணீர் வைத்துக் கொதிக்கும் போது இட்லி தட்டில் துணி கட்டி சிறு கப்பில் அந்தக் கலவையை நொம்ப வும் அழகாகாமல் வைத்து இட்லிக் குழியில் தட்டவும். கப் தேவையில்லை என்றால் இட்லிக் குழி அளவிலேயே வைத்துக் கொள் ளலாம். மூடியால் மூடினால் ஐந்து நிமிடங் களில் பதமாகிவிடும். கப்பால் வயத்தால் கரண்டியால் எடுக்கவும். இல்லாவிடின் இட்லி தட்டுவது போல் தட்ட வேண்டும். க. சட்டிச் சாப்பிட்டால் மிகவும் கவையாக இருக்கும். சீக்கிரம் கெடாது. (கலவை திறைய நாட்கள் கெடாமல் இருப்பதால் தேவையான போது முத்திரிப் பருப்பு, செரி புருட் (கிடைக்காவிட்டால் கிள்மிஸ் புருட்) ஆகியவற்றைப் போட்டு இட்லிப் பானை யில் வைத்து எடுத்துக் கொள்ளலாம்.)

— ராஜி கப்ரமணியன்,
சென்னை - 61.

மூன்றாம் பரிசு:

கடலைப் பருப்பு பலாப்பழ பாயசம்

தேவையான பொருட்கள்:

கடலைப் பருப்பு - 100 கிராம்,
பலாக்களை (பெரிது) 10 கணைகள்,
தேங்காய் - 1 மூடி,
வாழைக்காய் - 1,
வெல்லம் - கால் கிலோ
பால் - அரை லிட்டர்,
ஏலக்காய் - 4,
ஜாதிக்காய் - சிறிய துண்டு,
மிளகு - 13,
நெய் - 3 ஸ்பூன்.

செய்முறை:

பலாக்களைகளை கொட்டை நீக்கி நாக்காக நறுக்கிக் கொண்டு, தேங்காயை யும் அதே அளவில் நீட்டு வாக்கில் நறுக்கிக் கொள்ள வேண்டும். வாழைக்காயைத் தோல் நீக்கிக் குறுக்கில் இரண்டு துண்டுகளாக் கி ஓம்புவோரு துண்டிடவும் ஆறாக நீட்டு வாக்கில் நறுக்கி வேக வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

கடலைப் பருப்பை ஊற வைத்து (மிக்ஸி யில்) ஊதலாக அரைத்துக் கொண்டு, அத்துடன் கொஞ்சம் நீர்விட்டுக் கரைத்து,

மிதமான தீயில் அடி பிடிக்காமல் கிணற் கொஞ்சம் கொடுத்தும் வெல்லும் போட்டு, வெல்லும் கரைத்து எல்லாம் சேர்த்து கொடுக்கும் போது, பலாக்களை, தேங்காய், வெந்தவாழைக்காய்களைப் போட்டு எல்லாம் சேர்த்து ஐந்து நிமிஷம் கொடுத்ததும் காய்ச்சிய பானை விட்டு ஒரு கொடுவிட்டு இறக்க வேண்டும்.

தெய்லிட்டுப் பொறித்த மிளகை கதகாகப் பொடி செய்து, எலக்காய், ஜாதிக்காய்களையும் பொடி செய்து பாயசத்தில் போட்டும் கையோடு கிளறி, மூடியிடவும். சிறிது ஆறியபின் உபயோகித்தால் அதன் குளிமிகளாக வாடைபுடன் பிரமாதமாக இருக்கும்!

— தீவர கோபாலன், மண்ணார்குடி.

ஆறுதல் பரிசு: பிரெட் பீஸ் வடைகறி

தேவையான பொருட்கள்:

உடைவப்பருப்பு - 1 கப்,
ஆய்வரிசி - 1 கப்,
உருளைக்கிழங்கு (பொடியது) - 1,
ரவை மாவு - 2 டீஸ்பூன்,
சோம்பு - 1 டீஸ்பூன்,
இஞ்சி - சிறிதளவு,
வெங்காயம் - 2,
பச்சை மிளகாய் - 10,
கொத்துமல்லி, கறிவேப்பிலை - சிறிதளவு,
உடைவையெண்ணெய் - 400 (மிக்ஷரிவிட்ட)
பிரெட் ஸ்லைய் (சாஸ்ட்) - 4,
உப்பு - தேவையான அளவு.

செய்முறை:

ஆய்வரிசி, உடைவப்பருப்பு இரண்டையும் 3 மணி நேரம் கறை வைத்துக் கொண்டு பின் கரம் போக வடித்தெடுத்துக் கொள்ளவும். உருளைக்கிழங்கைத் தோல் நீக்கி கரம் போகத் துடைத்து நறுக்கிக் கொள்ளவும். ஆட்டுக்கல் அல்லது மிக்ஷரில் இம் மூன்றையும் உப்பு சேர்த்து வடைக்கு அரைப்பது போல் அரைக்கவும். மாவை எடுக்கப் போகும் நேரத்தில் வெங்காயம், பச்சை மிளகாய் இரண்டையும் ஒரு கற்றுச் சுற்றி எடுத்துக் கொள்ளவும். இஞ்சி, சோம்பு (பொடியாக அரைக்கவும்), கொத்துமல்லி, கறிவேப்பிலை (பொடியாக நறுக்கிக்

கொள்ளவும்) இவற்றுடன் ரவைமாவும் கலந்து மாவைப் பிசைத்து கொள்ளவும்.

வடை: இந்த மாவை வடையாகத் தட்டி எண்ணெயில் போட்டு எடுக்கவும்.

போண்டா: பிரெட்டைத் தண்ணீரில் நனைத்து கரமாகி உள்ளே இந்த மாவை வைத்துப் போண்டா போல் கையில் உருட்டிக் கொண்டு எண்ணெயில் போட்டு எடுக்கவும். சூடாகச் சாப்பிடக் கவனமாக இருக்கும்.

— திருமதி மீனாட்சி அண்ணாமலை,
கொண்டை - 5.

ஆறுதல் பரிசு: உடைவப்பருப்பு கார பிஸ்கட்

தேவையான பொருட்கள்:

உடைவப்பருப்பு - 200 கிராம்,
பேர்க்கடலை, கைதா - 200 கிராம்,
கொதுமல்லிமூலம் - 200 கிராம்,
மிளகுப்பொடி - 1 டீஸ்பூன்,
உப்பு, பெருங்காயம் - தேவையான அளவு,
வெண்ணெய் - 50 கிராம்,
பொரிப்பதற்கு எண்ணெய் (ஏதாவது ஒன்று) - கால் கிட்டி.

செய்முறை:

உடைவப்பருப்பு, பேர்க்கல், கைதா இரண்டையும் தனித்தனியே வறுத்து மிக்ஷரில் பொடி செய்து கொள்ளவும். கைதா மாவுடன் வெண்ணெய், உப்பு, பேர்க்கடலை, உடைவப்பருப்பு மாவு சேர்த்துச் சிறிது தீர் தெளித்து கெட்டியாகப் பிசைத்து கொள்ளவும்.

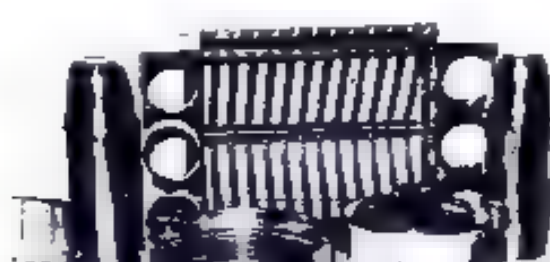
இந்த மாவை கருண்டை களாகப் போட்டு சப்பாத்தி இட்டு நமக்கு விரிப்பமான டிசைஸில் (வட்டமாகவோ, சதுரமாகவோ) பிஸ்கட் வெட்டிக் கொள்ளவும்.

வாஸஸிலில் எண்ணெய் வைத்து எண்ணெய் காய்த்ததும் இதைப் பொரித்து எடுத்து வைத்துக் கொள்ளவும். இந்த பிஸ்கட் மிகவும் மொறு மொறுப்பாக ருசியாக இருக்கும்.

குறிப்பு: இனிப்பு பிஸ்கட் வேண்டுமென்றால் இந்த மாவைச் சர்க்கரை சேர்த்துப் பிசைத்து கொள்ளலாம்.

— ஜிதா, ஸ்ரீவைகுண்டம்.

பரிசுப் பொருட்கள்:



தமிழியமான தலைமுறை சான்றோர் சரியான பொலிவை கருவியாகக் கொண்டு பண்புகளையும் விழிகளையும் பாருங்கள்.

தீயதாயி வந்துவிட்டது. பாதம், (பெய்த) விளம்புறுதலாகப் பாதம் பற்றி யென்றதாம். நம்மவர் பூனை விளம்பு பாதத்து மகன் கொண்டாடும், புண் டையெழுந்தம் இருந்த, உயர்ந்தது? அவர் ஒருவரால் விளம்பி, நசித்தது ஏதற் கிடைத்தது. அடைகின்ற ஒரு கையினு ளிருப்பது, திருத்தல் அடங்கலும், புண் டையெழுந்தம், உயர்ந்த மதித்தலும் தீயதாய்ந்தது திருத்தல் மெய்யெனத் தோன்றும் ஒன்றும் உண்டாய். அதுமட்டு மல்ல, பாதம் பற்றாது கூட, விளம்பு மகன் விளம்பு விளம்பு விளம்பு நுகர்ந்தது, மதம் பூசும் மயர்ந்த விருந்தம் மகன் பற்றாது மயர்ந்தது.

BUSH

புஷ்பகங்கைவரர்ஸ்
முற்றும் கலர் கலரில்
சர்வஜீதசப்பு கழி
பெற்ற பெயர்



BUSH BOXE ALLEN
INDIA LIMITED
 15, Seven Wells Street,
 St Thomas Mount
 Madras 600 016

Adapted by Parry's

நான் சந்தித்த

விடுதலைப் போராட்டப் தலைவரின் மனைவி



• டாக்டர் திருமதி பாலபாலயம்

டாக்டர். திருமதி பாலபாலயம்:

• "சில வருடங்களுக்கு முன்பு நான் சந்தித்த அந்த விடுதலைப் போராட்டத் தலைவரின் மனைவி ஆனாலும் என்னா

லும் எங்கள் 'நிலைவர் கிளினிக்' தூங்குறாலும் மறக்கவே முடியாது. அந்த சிறுமியின் பெயர் கிளினிகம்மா. கிளினிக் இருந்து 'சில மினிகம்' வரவழைத்துக் காட்டும் தெய்வ சக்தி உள்ள பெண் என்று கூறி கிராமத்தில் இருந்து பயபக்தியோடு அழைத்து வந்தார்கள். நான் அந்த சிறுமியின் கண்ணை நன்றாக பரிசோதனை செய்து பார்த்த போது அவள் விழியின் கீழ் பாகத்தில் கனிபண்ணை சிறிதவயதில் இருந்தே எலுத்துப் பழம் அடைக்கலில் இருந்து எடுத்து நன்றாக அது 'சில மினிகம்' என்று ஏமாற்றி இருப்பது தெரிந்தது. நல்லபேளை கண்ணை நன்றாகத் தம் செய்ததால் அவள் பார்வை தப்பியது. இனி இப்படி ஏமாற்றாதே என்று அனுப்பி வைத்தேன்."

• "ஆண்கள் குடிப்பழக்கத்தில் சிக்கி மீள முடியாமல் தவிப்பதை நான் பார்த்திருக்கிறேன். ஆனால் எங்கள் ஆஸ்பத்திரியில் அட்மிட் ஆன ஒரு நடுத்தர வயது பெண் தினமும் பல தடவை குடிக்காமல் இருக்க முடியாது என்ற நிலையில் இருந்ததைப் பார்த்து ஆச்சரியமும், விசம்பும் அடைந்தேன். நான் பல அறிவுரை சொல்லி அனுப்பி வைப்பேன். மீண்டும் குடித்து நடு ரோட்டில் கிடக்கும் அந்தப் பெண்ணைத் தூக்கி எடுக்கிறேன். காப்பாற்றி அனுப்புவேன். மது அரக்கனின் கொடிய பிடிக்கு சிக்கிய அந்தப் பெண் என்றாவது ஒருநாள்

குடிப்பதை நிறுத்துவான் என்ற தம்பிக்கை மட்டும் எங்கு உண்டு."

டாக்டர் குமாரி திருநாள்:

● "தொழுதோன் ஆரம்ப அறிஞர் போடு என் ஆல்பத்திரியில் அட்மிட் ஆன அந்த இள வயது பெண்ணின் மனநிலை மிகவும் பாதிக்கப்பட்டு இருந்தது. யாருக்கும் வரக் கூடாத விவாதி தனக்கு வந்து விட்டதாக அவன் நினைத்து, தாழ்வு மனப்பான்மை ஏற்பட்டு கைத்தியம் போல தடித்து எல்லோரிடமும் இருந்து விவாதி இருக்க நினைத்ததை நான் செய்த மருத்துவ பரிசோதனைகளில் மூலம் தெரிந்து கொண்டேன். 'தொழுதோன்' பரவாமல் தடுத்து முற்றிலும் குணப்படுத்தலாம் என்று கூறி அவன் மனதை மாற்றி இனி 'கைத்தியம்' போல் தடிக்கக் கூடாது என்று அவனை நிரூபித்தேன்."

தர்ஸ் பத்மா:

● என் அனுபவத்தில் எத்தனையோ வித வாசமான தொலாவினை மட்டுமல்ல அவர்களைப் பார்க்க வரும் விதவாசமான உறவினர்கள்... நண்பர்களையும் பார்த்திருக்கிறேன். எங்கள் ஆல்பத்திரியில் பாதிரியார் ஒருவர் தன் உறவினரை சேர்த்தார். 'டீர்ட்மெண்ட்' முடித்து தொலாவி குணமானதும் ஃபின் கேட்ட போது செக் கொடுத்தார். பெரிய தொகை அது. அந்த பாதிரியார் தொலாவிபோடு ஆல்பத்திரியை விட்டு சென்ற போது நாய்கள் செக்கை பெய்கில் போட்டோம். அடுத்த வாரமே 'பணம்' இல்லலை என்று நிரும்பி வந்து விட்டது.

இப்படி ஏமாற்றும் பலர் உண்டு. பெரிய மனிதர்களிடம் இருந்து அரசியல்வாதிகளிடம் இருந்து 'சிபார்சு' கடிதம் வாங்கி வந்து ஆல்பத்திரியில் சேர்க்கார்கள். சிவச்சை முடிந்ததும் சொல்லிக் கொள்ளாமல் ஓடி விடுவார்கள். சிபார்சு கடிதம் கொடுத்தவர்களிடம் கேட்டால் 'நாய்கள் பொறுப்பில்' என்று உதறி விடுவார்கள். நாய்கள் எப்போதும் விழிப்பாக இருக்க வேண்டும்.

● ஒரு தடுத்தா வயது தொலாவி தர்க்கன் எல்லோரிடமும் மிகவும் அன்போடு... பாசத்தோடு பழகினார்... பழகியதை வைத்தே எங்களிடம் வந்து.. பத்து என்று தூற்றுகிற மெய் கடனும் வாங்கினார். விட்டிருப்போனதும் மனிதரட்டர் அனுப்புவதாக எங்கள் முகவரியை வாங்கிக் கொண்டு 'டிஸ்டிரிப்யூட்' ஆனார்... ஆண்டுக்கொன்று ஆகி விட்டது பணம் வரவில்லை!

தர்ஸ் ஜாய்ஸ்:

● "அந்த தொலாவி பெலர் பெங்கட் ராமன்.. அவர் ஆல்பத்திரியில் 'அட்மிட்'



"திருநாள்"

ஆன நான் முதல் அவரைப் பார்க்க ஒருவர் கூட வரவில்லை. அதனால் அவர் மீது பரிதாபம் வந்தது.. 'நெஞ்சு வலி' காரணமாக 'அட்மிட்' ஆன அவருக்கு நல்ல சிகிச்சை அளித்து குணம் ஆக்கினோம். ஏழையாக இருக்கும் என்று நானும் மற்ற தர்க்கனும் பணம் திரட்டி அவருக்காக, ஃபின் கொடுக்கக் கூட ஏற்பாடு செய்தோம். 'டிஸ்சார்ஜ்' ஆகும் தானில்தான் அந்த அதிசயம் நடத்தது. திருதிருவென்று பல ஊர்களில் பல பணக்காரர்கள் அவரைப் பார்க்க வந்ததும் தான் அந்த பெங்கட் ராமன் வசதி படைத்தவர் என்ற உண்மை தெரிந்தது. உறவினர்... நண்பர் யாரும் இல்லாமல் தனிவரக நிம்மதிவரக இருக்க விரும்பிய அவர் யாருக்கும் சொல்லாமல் ஊரை விட்டு வந்தார் என்றும் தெரிந்தது. தோற்றத்தை வைத்து ஏழை... பணக்காரர் முடிவு செய்வதே கூடாது."

● "இவற்று எதிர்மறாக பெரிய கோமல் வரர் போல் 'பத்தா' செய்த இன்னொரு



தோயாளி எங்குள்ள விவரம் விவரம் வேலை வாங்கியது. "அங்கு" ஆகும் போதிலும், "தாய்" வேலை எதுவும் இன்றிக் கண்டிப்பது உண்மை. ஆகவே இதில் உண்மைக் கொள்கை



தாய்



கொண்டிருக்கிறது. முறையில் தகுந்ததாக உட்கட்டி கொடுத்த கொள்கைப் பார்த்து அதை விட்டோம்."

தாய் கருத்து:

● "எங்கள் தோயாளிகள் தங்கள்னைத் தெய்வம் போல மதிப்பார்கள். அதாவது தோய் இருக்கும் வரையில் அந்த மதிப்பு தான் கருத்துக்குரியதாகும். அதன்பின் எல்லாம் பறந்துவிடும். ஒரு தோயாளிக்கு தான் தெரிந்த விவரத்தை எதிரிகளை உட்கட்டும். சேவத் போதுவதில் உட்கட்டும் என்பதில் எல்லாம் உட்கட்டும் முடியாது. உட்கட்டும் என்பதில் உட்கட்டும் தன் தோய் இருப்பதில்" என்பது. ஆனால், அந்த தோயாளியை ஆல்பத் திடுக்கிடும் சேவத்திற்கு சில வாரங்கள் ஆகிய தான் உட்கட்டும். ஒன்றிக் கண்டித்த போது என்னைய் பார்த்தும் பார்த்தாவது போல் சேவத் கொடுத்தோம். உட்கட்டும் சேவத்... பலம் மட்டுப்பாடுதான் என்று சேவத்தில் உட்கட்டும் சேவத் கொள்கை எங்குள்ள போன்ற தாய் கருத்ததான் போருத்தும்.

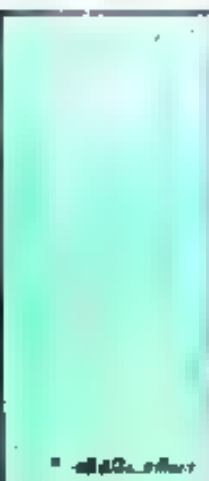
தாய் விக்கேசரிசா:

● "விதவிதமான தோய்களும் விதி யாதமான தோயாளிகளை மருத்துவத் தொழிலில் உட்கட்டும் உட்கட்டும் சேவத் தோய்களும். தோயாளிகளைப் பார்த்துக் கொள்ளும் தாய்களுக்கு அரை நியமான பொதுமை வேண்டும். பல்வேறு குணங்களை உட்கட்ட தோயாளிகளைக் கண்டித் துக் கொண்டு அனுசரித்துப் போக வேண் டும். தோய் உட்கட்ட வேண்டும். தாய் ஒரு தோயாளி அவர் படித்த பத்திரிகைக் கதை களை என்னைய் கேட்கக் கொடுத்தோம். அந்த தோய் எரிச்சல் வந்ததால் 'வாயை மூடிக் கொண்டு பேசாமல் இருந்து ஒன்று எடுக்க' என்பதும். அந்த தோயாளி என்னிடம் மட்டுமின்றி அவர் குடும்பத்தினரோடும் பேசாமல் 'மெனமம்' சாதிக்கத் துவங்கி விட்டார். அவரைத் திரும்பப் பேச வைப்பதற்குத் 'போதும் போதும்' என்று ஆதி விட்டோம். தோயாளி மனநிலை உணர்ந்து சேவப்பட வேண்டும் என்பதை இதன் மூலம் தெரிந்து கொண்டு உட்கட்டும்.

● "ஒரு வேளை தோயாளியாக வந்து 'அட்டமிட்' ஆகப்போது அவரின் கருத்தமான ஆனால் பவனுள்ள பேச்சு என்ன ரசிக்க வைத்தது. அவர் கூறிய பொன் மொழி களைக் குறித்து அவருக்குக் கொண்டு உட்கட்டும். தாய் தொழிலில் மூட்டாய் முதல் மகாபுத்தி சேவையாக அனைவரையும் சேர்த்து விட லாம். தாய் தொழில் ஒரு வித்தியாதமான தொழில்.

பேட்டி: விஜயா கண்ணன்.

புகைப்படங்கள்: பாந்தி.



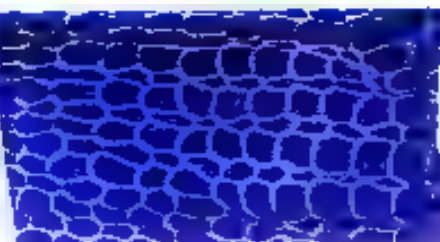
விக்கேசரிசா



ஹெலனா... ஹெலனா... ஹெலனா...



இந்தியாவிலேயே முதன் முதலாக விஸ்கோஸ்
இதைழகனாகக் கொண்டு 25 வருடங்களுக்கும் மேலான
அனுபவத்தில் தயாரித்த வரும் ஒரே நாயகி.



உலகமெங்கேயே பிரத்தியேகமாக
100 : விஞ்ஞான சித்தியான, பட்டுப் போன்ற
உயர் 24 மில்லிமீ. துருவகளைக் கொண்டும்,
அதிக உறிஞ்சும் தன்மையுடைய உயர் 24
பருமனிலுள்ள தூக் கட்டுப்பாட்டுடன்
தயாரிக்கப்படும் ஒரே வடிவின்

உடனடியாகவும், முழுமையாகவும் உறிஞ்சும் தன்மையைக் கொண்ட
உயர் 24 பரும அடுக்கடுக்காக அமைக்கப்பட்டுள்ளது
உறிஞ்சும் தன்மையற்ற சில சிறு பருத்தி இரைசலினாலும்
மூடப்பட்டுள்ள அடிப்பாகம் உள்சாக்கடவின் கனவு படரவும் பாதுகாக்கிறது
சிறுதவள முனையப்பட்ட சிவந்த துருவ வாய்க்க முழுமையும் மூடப்பட்டிருப்பதால்
அடர்த்து மூறு மிகுபடுதல் அளிக்கிறது

தாத்தியே உயர்வு, விஸ்கோஸ் மெலிவு.

தயாரிப்பாளர்கள் :

சர்க்காட் இன்டஸ்ட்ரீஸ் பி. லிட்.,

23, புரவணக்கம் செஞ்சேரன், சென்னை-600 007.

போன் : 662004, 661982

பேன் தொல்லையா ?

கறுமையம் காலும் தென்ல் கைமத்தை உபயோகித்து கறைபும், பேனையும் அதலே ஒழிப்புடன், தலே முடிவை பாதுகாத்துக் கொள்ளுங்கள்.



கென்ஸ்

'கிறந்த பேன் காசினி'
கறுமையும் கென்றும்
பென்சொகெவின் கலந்தது.

தீவிரந்தது.

PEARS
PREMIUM

பாஸ்ம் பரடக்டல்
பிளேஸ் ஸ்டிக்டல்
தொலை - 613 007 தமிழ்நாடு
கிறந்த கென்றதது.



EXLAD/OP/105/TAM/01/88

இல்லத்தரசியின்
இனிய தோழி
சௌபாக்க்யா

- ★ தலே தொழில் திறன்
- ★ தீவிரந்த கறுமப்பு



தயாரிப்பாளர்: ஸ்ரீ கணேஷ் இண்டஸ்ட்ரீஸ்,

314, பெருந்துறைச் சாலை கரோடு-638 011, தொலைபேசி: 77949

ராஜ் கணேஷ் எண்டர்பிரைசஸ்,

32-A, வடக்கு உஸ்மான் சாலை, திருச்சி. சென்னை-600 017, 442908.

Source



தங்கனில் ஒரே செல்வப் பெண் பத்மா கந்தா ரிக்குச் செவ்வளைச் சந்தோஷமாகப் பார்த்துக் கொண்டிருந்தார்கள் ராதாவும், ராஜனும்.

மனசிலே மடமும் குறைய இல்லை!



ராஜா, இன்னிக்கும் இந்த ரோமியோக் களா... இலங்கை மிதாவைக்கு முடிவோ / இல்லைவா... பத்மா தனக்குள் குமுறுகிறாள்...

"ராமியோ, இன்னிக்கு என்ன டேஞ்சர் கலர்... பஸனாவ போகா தம்மா... இதை இருக்கு வாசனம்..."



ஒரு முடிவாக அங்களை நெருங்கினான் பத்மா, எதனை நான் பயத்து ஒதுங்குவது?



"உனக்குப் புத்தி இருந்தா என் படிப்போட போட்டி போடு... வெக்கமா இல்லை..." - இன்னும் என்னென்னவோ பேசியிரு ஒடினாடுகிறாள்.

அவர்களின் தொல்லை தீர்த்தபாட 78 இல்லை. பொறுக்க முடியாமல் பெற்றோரிடம் சொல்லி அழுகிறாள்.



ராதா அனுதல் சொல்லி, கல்லூரி முதல்வர் டி. பி. புகார் கொடுத்து நடவடிக்கை எடுக்கிறார்.

ராதா அனுதல் சொல்கிறான், 'இதெல்லாம் இந்த வயசுக்கு சகஜம்மா. பெரிசா எடுத்தக்கக் கூடாது...' என்று தேற்றுகிறான்.



அதற்குப் பிறகு பத்மாவின் து. க. டிக்கைகளில் மாற்றம் தெரிகிறது. அடிக்கடி சோர்ந்துபோய் அமர்ந்து கொண்டிருக்கிறாள்.



ஆனாலும் அவளுடைய நிலையில் மாற்றம் இல்லை. அவ்வப்போது திக்பிரமை பிடித்து அமர்ந்து இருப்பாள்.

அவளை ஒரு தல்ல மனதல மருத்துவரிடம் காண்பிக்கிறார்கள்.



அவர் பல வதிகளில் பேசிப் பார்த்து விட்டு மனத்தில் ஒன்றும்
கொள்ளா இல்லை என்கிறார்.

உடம்பில் ஏதாவது கொள்ளா இருக்கலாம். எனவே ஒரு மனோதத்துவ மருத்துவ
ரிடம் காட்டுவது சிறந்தது. அவர் மனத்தைப் பற்றி ஆராய்வதுடன், உடம்பில்
ஏதாவது கொள்ளா இருந்தாலும் சரி செய்து விடுவார் என்கிறார்.



அது கண்டபதான். உடம்பில் ஏற்பட்ட 'மனோகெபிசஸ்' மாற்றங்களைக் கண்டான். சோ. பி. வி. வெறுப்பு, தனிமை போன்றவற்றை ஏற்பட்டது. இதற்கும், இந்தப் செயல்கள்க்கேவி சேங்குதற்கும் சம்பந்தமில்லை என்பதொன்றும்.



"தொம்ப நல்ல வேலையெடுத்திருக்கம்மா. மனதலமகுத்துவகுக்கும். மனோநத்துவ மகுத்துவகுக்கும். சாதாரண வித்தியாசம் தெரியுதுவளமா. நால்க மகுத்துவன்முலமும்முணப்படு துறபாட்டர்கள். எந்த விவரத்திலும் சரியான மகுத்துவனர்க்கண்டு பிடிக்கப்டொம்மாருணமாலிதும்..." என்று அவர்களைப் பாராட்டுகிறார்.

டாக்டரின் மகுத்துவம். இதுவாண பேர்க. பெற்றோர்களின் அன்பான கவனிப்பினால் கலகலப்பான கத்துரரி மாணவிகளாகி விடுகிறான் பத்மா.



சுருத்தவர்கள்:

நாயகன் - தந்தை
நாயகி - தாய்
விஜயலக்ஷ்மி - பத்மா
சிக்காரன் - மனதல மகுத்துவன் (கைக்காலத்தில்)
மனோகரன் - மனோநத்துவ திபுணர் (கைக்காலத்தில்)
மேகம் - முத்தையா,
அண்ணாதுரை, கோபால
விருத்தன் - கத்துரரி
மாணவர்கள்.

ஒன்பாடு, படங்கள்:

அது, காசி விஸ்வநாதன்

நெஸ்டம் பேபி ஸீரியஸ். ஆரம்பத்திற்கு பொருத்தமானது. வளர்ச்சிக்கு உன்னதமானது.

நெஸ்டம் பேபி - ஒரு கவனம்
பொறுத்த உணவு.

உங்கள் குழந்தைக்கு உண்டு மாட்டா
கொடுப்பது அருது. மாறுகூட மாட்டா
துட உணவுக்கு நேரம். அப்போது உயர்
நிலைக்கு உட்கரு பொருடும்
மாட்டாது.

நெஸ்டம் பேபி உணவு உணவு நெஸ்டம்
பேபி உணவு உணவு உணவு உணவு
உணவு உணவு உணவு உணவு
உணவு உணவு உணவு உணவு

நெஸ்டம் பேபி உணவு
பொறுத்த உணவு.

உங்கள் குழந்தை உணவு உணவு
உணவு உணவு உணவு உணவு
உணவு உணவு உணவு உணவு
உணவு உணவு உணவு உணவு

நெஸ்டம். ஸீரியஸ்

நெஸ்டம் பேபி உணவு உணவு
உணவு உணவு உணவு உணவு



நெஸ்டம்
பேபி உணவு உணவு
உணவு உணவு உணவு
உணவு உணவு உணவு
உணவு உணவு உணவு
உணவு உணவு உணவு
உணவு உணவு உணவு
உணவு உணவு உணவு

ஒருகியினை... வாய்விட உந்தும் வாய்மையே!

அருள் மொண்டு தம் மெழுகை உந்து திரிய உந்து உயர்ந்தே.
மொண்டி உதைய உதைய அருள்
திரிய உரு உதைய உந்து உதைய மொண்டி அருள் அருள்
மொண்டி அருள் மொண்டி அருள் மொண்டி அருள்
தவழிந்தோடு உதைய உதைய

உதைய மொண்டி உதைய மொண்டி
உதைய மொண்டி அருள்



NIVEA

LIP BALM

உதைய மொண்டி
உதைய மொண்டி



வதாவின் மேல் தன் தடுக்கும் தளர்த்த கையை வைத்தபடியே கவரில் சாய்ந்த காமாட்சியின் விழிகளிலிருந்துக் கண்ணீர் பயணித்தது. இன்று வதாவின் தவிப்பு, பேச்சு அவள் நினைவுகளைக் கிளறி வேடிக்கைப் பார்த்தது.

இதே நிலையில் தான் பட்ட கஷ்டங்கள், இரவுகளும், மனதும், உடலும் சில சமயங்களில் கட்டுப்படாமல் பிரளயமாய் உருபிடி. புரட்டி எடுத்த அவலங்கள், வெளிவே வாரிடமும் சொல்ல இயலாமல் தவித்த தவிப்புக்களும், தவித்த தீக்கங்குளமும், மறுபடியும் அப்போதுதான் அவளுக்கு திகம்பலு போன்ற நிலையை ஏற்படுத்தி தளரச் செய்தது.

"காமாட்சி ஏன்மா தூக்கம் வரலையாமல். வா, சித்த தேரம் தோட்டத்துப் பக்கமா போய்ப்பு வரலாம். வாய்மா."

உணர்வின் எழுச்சிகளை அடக்கும் வழி தெரியாமல், அடக்க வேண்டிய அவசியமுமாக அவள் தடுமாறி, அழுததையும், விம்மலும், பெருமூச்சுமாய், துக்கமாய் புரண்ட போது, காமாட்சியின் மாயிவார், அவள் நிலைமையறிந்து, எத்தனை நாட்கள் அவளை எழுப்பி, தோட்டத்துக்கோ, மொட்டை மாடிக் கோ, பூஜைவளர்க்கோ, அழைத்துச் சென்று அவளுடைய மனத்திக்கு இடமாகப் பேசியும், பல உலோகங்களை ராகமாகப் பாடியும், ராமாயணம், பாரதத்திலிருந்து, அவளுக்குத் தகுந்த பாடீயான கதைகளையும், உருக்கமாக கூறியும், எத்தனை நாட்கள், அவளுடன், அவள் மரையாகும் தூக்கம் கெட்டு, மயலிற்றதாய், அவள் ரண தளர்த்த தடவித் தந்திருக்கிறான்.

இந்த மெய் காமாட்சியின் மாயிவாராக என்ன செய்வ இவளும். அந்தக் காலத்தில், இந்த அளவுக்கு, மாட்டுப் பைகளின் மனக் கஷ்டத்தை உணர்ந்து, அவளுக்குத் தன்னன் வருத்திக் கொள்ளும் மாயிவார், அவளைத் தவிர இன்னும் சில பேர் இருந்திருந்தால் விரல் விட்டு எண்ணி விடலாமே....

தவாரகாபுரி பட்டணமாய், சதுரங்கத்தை மேடைவாய் மவாமி வாசம் பண்ணுகிறார், சப்ரமணிய மேடையிலே ரத்தினம் பதித்த நம்மாங்கொன். லக்ஷ்மி யுடன் சேவலையாய் நித்திய மங்களம் விளக்கும், தீவ வர்ண மேடையில்

தடுக்கும் குரலில் தன்னையறிவாமலேயே மெல்லிவதாய் பாடியவர்கள் காமாட்சி, கண்களில் நீர் வழிந்தது.

பாட்டைக் கேட்டுப் புரியாமல் எழுந்த வதா, காமாட்சியின் கண்ணீரையும், பாட்டையும் பார்க்கும் அதிர்ந்தான். நம்மாய் பாட்டியின் மனம் பேதலித்து விட்டதா? உள்ளூர நடுக்கமும், பலமும் எழ.

"பாட்டி..... அழைத்தபடியே, காமாட்சியின் கண்களைத் துடைத்தான்.

வீடு நதிகள்

"பாட்டி... ரொம்ப கஷ்டப்படுத்திப் போனோ. பச்சை பாட்டி, பச்சை, அழா தேங்கோ பாட்டி...."

கிண்கி கழுத்தை நினைத்து, வழித்து, பிரமித்த காமாட்சி சிறிது தேரத்தில் தன்னன் உணர்ந்து கொண்டுவளாக, கண்களைத் துடைத்துக் கொண்டு, நிதானப்படுத்திக் கொண்டான்.

"ஒண்ணுமில்லை வதா, ஏதோ பழமை நினைக்கண்டு. தடுமாறிட்டேன், தூங்கு, இனிமே மீதினவாய்மன் நம்ம வீட்டுக்கு வந்தப்புறமா பேசிக்கலாம், படுத்துக் கொள்ளுமா."

ஒருவரைப்பொருவர் கைகளைக் கொடுத்துக் கொண்டு, அருகருகே படுத்துக் கொண்டு, கண்களை மூடினார்கள்.

தூக்கம், அவர்களை எப்போது ஆட் கொண்டதோ அவர்களுக்கே தெரியாமல் அவர்த்த உறவினார்கள்.

ஒரு வாரம், எதுவும் முகவியிலின்றி, சாதாரணமாகவே ஓட்டம், ஓட்டமாய் ஓடியது.

காமாட்சியும், வதா யோசனையில் பிரமித்து, பிரமித்து உட்கார்த்த போது, அவளை யதார்த்தத்திற்குக் கொண்டு வந்தான். வனஜாவும், ஏதோ நடக்கிறது பாட்டிக்கும், வதாவிற்கும் இடையில் என்ற அளவிற்கு புரிந்து கொண்டாடுவ ஒழிய என்ன என்று வாய் விட்டுக் கேட்கவில்லை. சொல்ல வேண்டுமானால், பாட்டியே சொல்லிவிடுப்பாளே, அதனால் நாமே, முந்திப் கொண்டே மனநிர்செட்டு, அவளைக் கஷ்டப்படுத்தி, இக்கட்டில் நிறுத்தக் கூடாது என்று முடிவெடுத்தான்.

மனநிலை அய்வப்போது காமாட்சி சமாதானப்படுத்துவதைப் பார்த்த அவள், வதாவின் மனத்தில்தான் குழப்பம் என அறிந்து கொண்டான். நாளும் அவளிடம் வதாவில் இதமாகவே நடந்து கொண்டான். அன்று ஆய்வினிருந்து திரும்பிய வதா, காமாட்சியின் காதைக் கடித்தான்.

சொல்லா ராஜ்

“பாட்டி! இன்னிக்கு காயத்திரமா ஏழு மணிக்கு வரேன்னிருக்கார் பாட்டி. உங்க பொண்ணும், என்னோட அப்பா, அம்மாவும் என்ன சொல்லுவானோன்னு பயமா விருக்கு பாட்டி.”

கைகளைப் பிரித்து கொண்டு, மருண்ட மானாய் ஒருங்கி றிற்கும் வதானை சமாதானப்படுத்தினாள் காமாட்சி.

ஆனால் தன் மனத்தினுள், எப்படியெப்படி, யார் யாரிடம் பேச வேண்டும் என்ற வரையறைகளை, ஒரு நாடக ஒத்தினைப் போல் நடத்திக் கொண்டிருந்தாள்.

ரமணி சரியாக ஏழு மணிக்கு விட்டிவ் வாலிவை அடைந்தாள். வனஜா, ஜலஜா, விரிஜா மூவரும் அவள் யார் என அறிந்து கொள்ளும் ஆவலில் குறுக்கும், நெடுக்கு

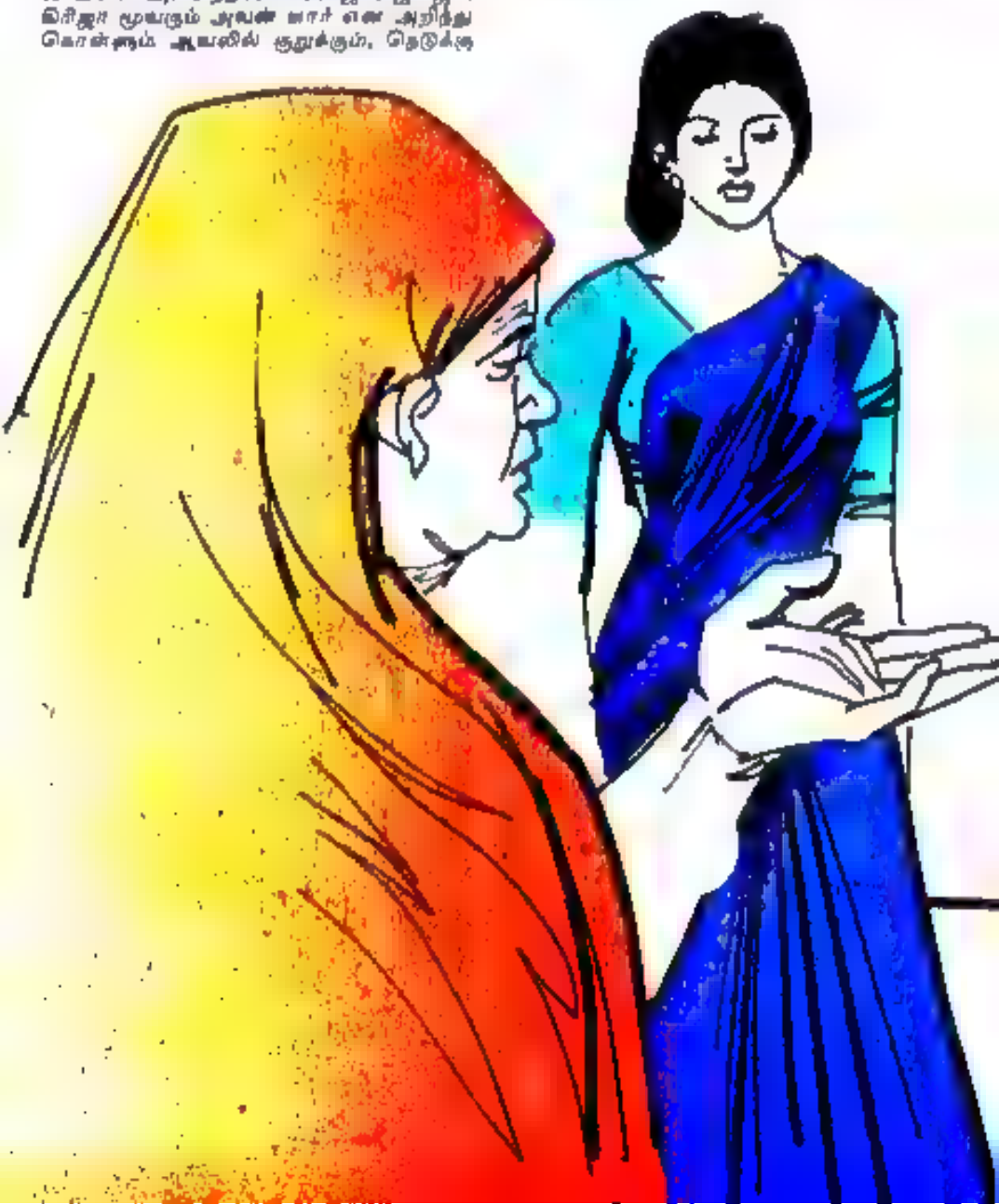
மாய் ஏடுதா வேலைபிடுப்பது போல் அளவற் தூர்கள்.

யார் வந்தாலும் வரவேற்கும் பழக்க தோஷத்தினால் வனஜா, ரமணியை வர வேற்று, தூராவில் அமர வைத்தாள்.

பரஸ்பர அறிமுகங்களுக்குப் பிறகு, காப்பி, டீபன் என்று கொடுத்து பின் காமாட்சி பேச ஆரம்பித்தாள்.

ரமணியின் மரியாதையான, நேர்மை யான பதில்களும், சாத்தவிகமான முகமும் காமாட்சியின் மனத்தில் ஒரு குளிர்த்த அபிப் ராயத்தை ஏற்படுத்தியது.

தன் எண்ணத்தைக் கூற ரமணிக்குத்



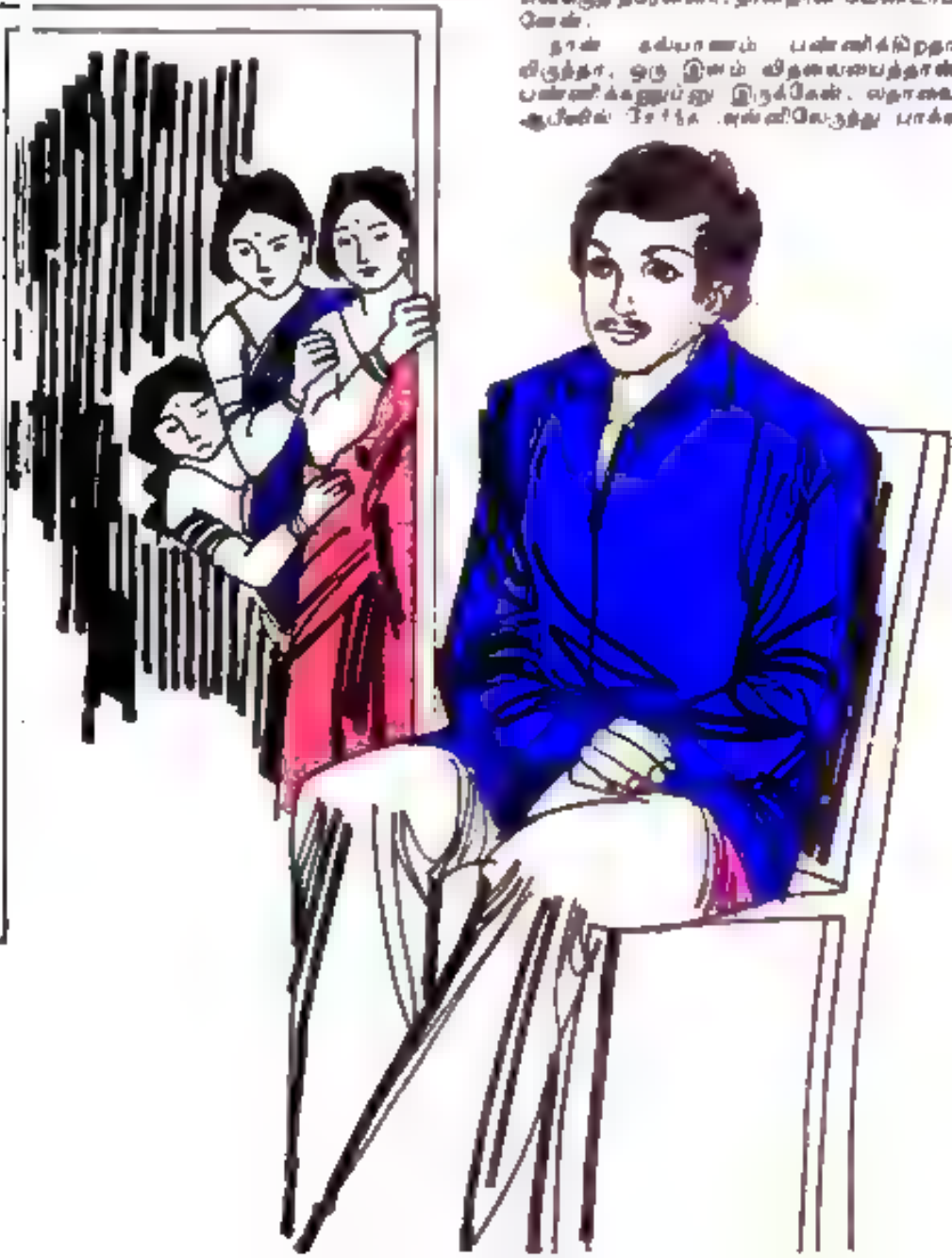
ததர்வயிருத்தும், பழையவாழ்வான பாட்டி, மறுத்துக் கூறாமல், ஒப்புக் கொள்ளும் வழியில் எப்படி ஆரம்பிக்கலாம் என்று தயக்கத்துடன் தவறியிர்த்து காமாட்சினைப் பார்த்தான்.

காமாட்சிக்கு அவன் தயிப்பு புரிந்தது. "ரமணி! நீ ஏன் லதாவைப் பன்னிக் கணியுறு நினைக்கிறே. உனக்குப் பொன் கொடுக்க எத்தனையோ பேர் காத்துக் கருப்பானேப்பா. அப்படியிருக்கிறே நீ ஏன் இந்த முடிவுக்கு வந்தே?"

"பாட்டி! எனக்குண்டு ஒரு கொக்கை வக் கண்டிருக்கேன். அதன் தோள்கள்தான்

என் மூதல் கல்வாணம் தடத்தது. வரதல் கணையோ, வேறு எதுவுமோ நான் முயல்பட் பண்ணலை. அதனாலேயே என்னை சத்தேகப்பட்டா. கல்வாணமும் மிழ்க்கை கோலில் பன்னினா போறும் நேன். தானி கட்டிவைவுன். வந்தவாளுக்கு காப்பியும், ஒரு ஸ்வீட்டும், காரமும் போறும் நேன். ஆனா அனாதை இல்லத்துக்கு, அன்னிக்கு நம்ம செஷனு சாப்பாடு போடணும் நேன் பாட்டி. நான் சொனை ஒரே கண்டி லன் அதுதான். ஆனா என் துறதிரிட்டம் அவளுக்கு முடிவு சிக்கிரம் வந்துடுத்து. உ. பி. சி. அலலிட்டல அலலோட துறதிரிட்டம் எனக்குத் தரேன்னா. நான்தான் வேண்டாம் நேன்.

நான் கல்வாணம் பன்னிக்கிறதா லிருத்தா, ஒரு இனம் விதவையெத்தான் பன்னிக்கணியுறு இருக்கேன். லதாவை ஆபீஸில் தோடே அன்னிலேருத்து பாக்க



றேன். இத்தனை நல்ல பொண்ணுக்கு, கடவுள் தந்த தண்டனை ரொம்பவுமே அதிகம்தான். ஆத்திரமாய் போனாத்து. கண்டிப் பால் இவளுக்கு வாழ்வு கொடுக்கணும்னுப் போனாத்து. என்னைப் பிடிக்காட்டாலும், வேறேயாருக்காவது, நல்லவானா பார்த்து, அவளுக்கு, வாழ்க்கையை மறுப்படியும் பிட்டுக் கொடுக்கணும்கற வெறியே ஏற்பட்டுது. அதனால்தான் நானே தரீயமா கேட்டேன். என் மனசுக்கு இது சரிந்து போனதது. அதனால தயக்கமில்லாம வந்துட்டேன். இனிமே தீங்கதான்....."

ரமணிமே பேச்சில் வலித்திருந்த காமாட்சி, அவளில் உண்மையான நல்ல உள்ளத்தைப் புரிந்து கொண்டாள். ஆனாலும், வதாவின் பெற்றோர்களுக்கும், மாயி யார், மாணாராவிய, தன் மகன், மாயிமீன் எனக்கும் அவள் எதுவும் கூறாமல் செய்வ முடியுமோ.

"ரமணி! உன்னைப் போல நல்ல பிள்ளைகள் இப்படி முன்னுக்கு வந்து, எல்லாருக்கும் உதாரணமா, நடத்துக்கறது மனசுக்கு கொம்பமாயே சந்துஷ்டியாயிருக்குப்பா எனக்கு தன்னாலே உங்க ரெண்டு பேரை யும் புரியறது. இருந்தாலும், உடனடிப்பட்டவாளுக்கு நான் சொயிடீ, ஒத்துக்க வைக்க வேண்டாமா, அதனால கொஞ்சம் உயக்குப்பா....."

"பாட்டிமமா....."
தாயென்று காமாட்சியின் கால்களில் விழுந்து பற்றிக் கொண்டு நமஸ்கரித்தாள். எழுந்து நின்றவளின் மனநாள் பண்ணைக் களாய் நிமிர்நி நின்றது.

கம்பரிடி அனாவையுள்ள இளையதான் என்றாலும், அளதப் புரிந்து கொள்ளும் ஆற்றல் இந்த வயதான ஞாந்தியின் இடங்கதில்தான் இருக்கிறது என்பதை அறிந்த மாத்திரத்தில், ஒரு புனிதமான தெய்வ சாத்திரத்தில் இருக்கும் தெய்வத் தாய் போல் பாயித்து, மனத்தால் பரிபூரண சரணாகதியைத் தர மணி உண்களும், செல் ஏய் கோர, தெய்வமே இருகரமும் கூப்பி தின்றாள்.

ஒரு விளைய அமைதித்துப் பின் அனை வரிடமும் வினா பெற்றுக் கொண்டு சென் தான் மணி.

வதா பாட்டியிடமே ஒன்றுக் கொண்டு, நீர் வழியும் உண்களும், தோளில் தனை சாய்த்தவாறு நின்றாள்.

சமுத்திரிக்கும் தானிச் சரட்டில் மஞ்சள் பனிக் சென்றிருக்க மஞ்சள் மழைக்க விலக்கெண்ணையில் தோய்த்து உரவி, அந்த மஞ்சளான சரட்டில் தேய்த்து வர வேண்டும். பித்த வெடிப்பு உண்க குதிரைக்களை இந்த மஞ்சள் உரவி உயிலில் தொடர்ந்து தேய்த்து வந்தால் வெடிப்பு இருந்த இடம் தெரிவாகப் போகும்.

வனஜாதான் காமாட்சியிடம் முடி வத் தான். வதாவிற்கும் உண்களைத் துடைத்து விட்டான்.

"பாட்டி! நிஜமமா எனக்கு என்ன சொல் ததுன்னே தெரியக்கலை. உன்னைப் பத்தி நினைக்க, பெருமைப்பட்டு, பெருமைப் பட்டே, என்னோட வாழ்தான் கழித்திருந்து நினைக்கிறேன். மன்னியோட நினைக்காத எத்தனை நாட்கள் நான் அழுதிருக்கேன்னு என் தமையண்ணையக் கேட்டாத்தான் தெரி யும் பாட்டி. எம் மனசை இந்த எண்ணம் இருந்தும், உங்கிட்டே சொல்ல எதிர்பம் வராம இருந்தது. ஆனா, இப்ப தீரத்துண் டதுதான் சொல் சரி பாட்டி. யாரானா, எப்படியெப்படி வழிப்படுத்தி, சரி செய்ய ணும்கற விவகாரத்தை நீ தல்லா சொப்பறே பாட்டி. நிஜமமா, உன்னோட இதயம், உண்கள், ஞானம்தான். அத்தனையுமே பிரெளரம் பண்ண வேண்டிய உண்தமா னது பாட்டி. தாய், நான் மாறணும்கற ஆனா இப்போ வெறியாயே ஆவிடுத்துப் பாட்டி, ஐய், சரி, வாய்க், பாட்டிக்கு நமஸ்காரம் பண்ணுவோம்."

அவரிகளிருவருடன் வதாவும் சேர்த்து கொள்ள, தாய்குமாய் காமாட்சியின் கால் களில் விழுந்து நமஸ்கரித்தார்கள.

வனங்கி எடுத்த தாலவளையம் ஒருமிக்க சேர்த்து அனைத்துக் கொண்டாள்.

ஐயனாவின் மனத்தில் வேரான குறு குறுப்பு பாட்டியை ஏறிட்டான். புரிந்து கொண்டான் காமாட்சி.

"ஐயி, ஆச்சரியமாயிருக்கா, உனக்கு இப்போ முழுதா ஒண்ணும் புரியாதமமா. ஆனாலும் சொப்பறக் கேளு. வழி தவறின குழந்தை நினைவில் இருந்த உனக்கு, சரி யான வழிகாட்டி இருப்பினேன். அதுக்காக, இன்னிக்கு இல்லாட்டாலும், என்னிக்கா வது என்னை நினைக்கப்பெய்கறது எனக்கு தல்லா தெரியும்."

இப்போ கொழுகொம்பு இல்லாம தவிச்ச கொடிக்கு, அந்த கொழுகொம்பு சூழ்த்தும் போய்டதாய், இன்னும் சொல் கப்போனா பிரயோஜனப்படாம போயிட் டதாய், வேறே ஒரு புது கொழுகொம்பு வைக்க, அந்த மனசிக் கொடி தவிக்காம, படந் விடையாந்து நினைக்கறேன், தப்பா ஐயிமமா!"

"பாட்டி! உன்னோட காரியம் எதுவுமே தப்புன்னோ, சரின்னோ சொல்ற அருகதை எனக்கு இல்லை. ஆனாலும் ஒவ்வொருத்த சோட மனசையும், நினைவையும் புரிஞ் கண்டு, அதுக்குத் தகுந்த மாதிரி நடத்துக் கறயே. அதுக்குத்தான் ஆச்சரியப்பட்டுறேன் பாட்டி. வலி சொன்ன மாதிரி, நீ என்னிக் குமே எங்கனோட வழிகாட்டியாயிருக்க ணும் பாட்டி. நானும், வலியோட, எப்போ தும் உன்னோட கட்டுதிரைப் பாட்டி."

இருவருடைய உண்களும் பிபிசியே தவிர அனைவருமே அமைதியில் மூழ்கிப் போனார்கள்.

**Bisleri
CLUB**

சூர். ஓ எனும் நவீன சுத்திகரிப்பு
முறையால், குடிதண்ணீரை
மறுபடி சுத்தம் செய்து
தயாரிக்கும் சோடா

“Bisleri Club Soda”

சுத்தமான முறையில் தகுந்த
பாதுகாப்போடு,
சிறந்த மேற்பார்வையில்
தயாரிக்கப்படுகிறது.

“பிஸ்லேரி
கிளப் சோடா”

தயாரிப்பாளர்:

சென்னை பாட்டிலிங் கம்பெனி லிமிடெட்,
423, பூந்தமல்லி நெடுஞ்சாலை,
சென்னை - 600 106.

தொ. பே. 430440, 420755, 425150.



உங்கள் குழந்தைக்கு செரிலேக் கொடுக்கவும்



நீல உணவின் தொடக்கத்திலிருந்தே

உங்கள் குழந்தைக்கு நான்காம்
மாதத்திலிருந்தே பாலோடு திட
உணவுத் தேக்கம் அப்போது
செரிலேக் அணுகலம் அளித்துக்க
பெறலாம். அணுகலம் ஒவ்வொரு
முறை செரிலேக் கனடாவுடன் போதும்.
புரத்தென்று உயர்போஷனாட்டோம்.
கொழுந்தி. கனடாட்டின். மற்றும்
கொழுந்தி. கனடாட்டின். ஆகிய எல்லாம்
பெறலாம். செரிலேக் உணவுக்கு
வித்திலில் உங்கள் குழந்தைக்கு
கிடைக்கிறது.

உங்கள் குழந்தைக்கு செரிலேக்
உணவின் முதல்நிலைக்கு
தொடர்பை ஆக
தொடர்புடன் அணுகலம்
செரிலேக் உணவின்
பொருள்பாட்டில். உயர்போஷனாட்டோம்.
கொழுந்தி. கனடாட்டின். மற்றும்
கொழுந்தி. கனடாட்டின். ஆகிய எல்லாம்
பெறலாம். செரிலேக் உணவுக்கு
வித்திலில் உங்கள் குழந்தைக்கு
கிடைக்கிறது.



1 மாதத்திலிருந்து

2 மாதத்திலிருந்து

3 மாதத்திலிருந்து

இருவரும்
செரிலேக் பேபி கேஸ் புத்தகம்
எழுதுங்கள்: செரிலேக்,
தொடர்புடன். 3
புது தில்லி-110006



செரிலேக் பராமரிப்பு: குழந்தையான போஷாக்கு, சிறப்பான சுவை

இந்த மாதம் எப்படி?

நவம்பர் '88

மேஷ ராசி:

ஆகஸ்டி, வரணி, கார்த்திகை 1 - ஆம் பாதம்:

மீனத்தில் உள்ள ஆங்காங்கள் அளவுக்கு மீறிய செலவினை உண்டாக்குவான். குரு வாய் வருமா எனச் சொல்லி என்னை செலவுகள் சடுகட்டப்படும். கக்கிரணம், புதனும் கூடலுபாளைகளாக குன்றப்பார்கள். மாதத்தின் முற்பகுதி கேளிக்கை. திருவிழா இளைவகளினால் மன மகிழ்ச்சியுடையதாயும், பிற்பகுதியில் சற்று பொருளாதாரத்தில் மந்தநிலை ஏற்படும். சகோதரர்களிடையே மனத்தாழ்கல் ஏற்படக் காரணமுண்டு. ராசு மனோபலத்தையும், ஸப்தத்தையும் பெற வழி வகுப்பார். சிவராஜ கீர்த்திக்குச் சூரியன் பங்கம் ஏற்படுக்துவார்.

ரிஷப ராசி:

திருத்திகை 2, 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், ரோகிணி, மிருகசிரிஷம் 1, 2 - ஆம் பாதங்கள்:

இதுவரை இருத்த சிரமங்கள் படிப்படியாகக் குறையும். செவ்வாய் பொருளாதார நிலை உயர வழி வகுத்துத் தருவார். கடன்கள் தீரும். குறிப்பாக வீடுகளில் மீதுவாங்கியுள்ள கடன்கள் தீர் வழியுண்டு. மாதம் பூராவும் ஓரளவுக்கு மகிழ்ச்சி உண்டு. ஒரு சிலருக்குக் கௌரவப் பிரச்சனைகள் ஏற்பட்டுக் கீர்த்தி பாதிக்கலாம். மாதத்தின் முதல் பகுதி சற்று மன நிம்மதியுடன் இருக்கும். எனினும் இராசி நாதனாகிய

கக்கிரன் நீசம்-ஆன ந்து காணப்படுவதால் குடும்பத்தில் குறையங்களும், சிறு சச்சரவுகளும் ஏற்படக் காரணமுண்டு.

மிதுன ராசி:

மிருகசிரிஷம் 3, 4 - ஆம் பாதங்கள். திருவாதிரை, புனர்பூசம் 1, 2, 3 - ஆம் பாதங்கள்.

சற்று சோதனை மிக்க மாதமாளானும் சச்சரவுகளால் சமாளிக்கும் திறன் உண்டானும். விருத்தினி அருளை புத்தகாடை, வடிவத்தல், மரிக் கவன வறுத்தல் என ஏராளமான கபர்த் செலவுகள் இந்த மாத ஆரம்பத்தில் ஏற்படும். ஆளவுகளுக்கு எங்கிருந்தாவது எப்படியாவது பணவாவு ஏற்பட்டு, செலாவளி கட்டமாற்றப்பட்டு விடும். ஒதுகிலுக்கு மாத பற்றாத்தியில் நீச சூரியனால் ஆளக்கூடும், ஆளத்தின் னாலும் ஏற்படும். சனி, செவ்வாய் இருவரும் இராசினையப் பாப்பதாகல் சற்று கூடலுறவுக்குள்ளாவா, சிறு விபத்தோ ஏற்படலாம் எனவே எதிரும் எச்சரிக்கை தேவை.

கடக ராசி:

புனர்பூசம் 4 - ஆம் பாதம், பூசம், ஆயில்யம்.

இந்த ராசிக்காரர்களுக்கு இந்த மாதம் பூராவும் இலாப நிலை தெரிகிறது. இதுவரை எதிர்பார்த்துக் காத்திருந்த சத்தியோகம், பதவியேற்றம் இட, மாற்றம், திரட்சுப் பிரயாணம் இவைகள் மனத்திற்கு மகிழ்ச்சிளைத் தரும். சூரியனால் சற்று கீர்த்திக்குப் பங்கம் வரும் என்றாலும்,

குருவாய் அது கட்டுப்படுத்தப்பட்டு அமைதியைக் கொடுக்கும். கேது கேட்பதைக் கொடுக்கமுயல்வார். ஆனால் அஷ்டமத்து ராகு அதைத் தடுக்கப் பாரிப்பார். இந்த இழுப்பதில் ஒரு சிலர் ஊகப் பொருளைக் கவவு கொடுக்க வேண்டி வரலாம். ஆனால் ஒரு சிலர் எதிர்பாராத தனவாப்தையும் அடைவலாம். அவரவர் தர்புக்தியைப் பொறுத்த தன்மையோ, தீமையோ ஏற்படும். சுபச் செலவுகளுக்குப் பணவரவு வந்துவிடும்.

சிம்ம ராசி:

மகம், பூரம், உத்திரம் 1 - ஆம் பாதம்:

மாதத்தின் முற்பகுதியில் வாழ்க்கை சற்று சுவைத்துவிடையே கழியும். சுபச் செலவுகள் செய்தாலும், அது வாருக்காகச் செய்யப்பட்டதோ அவர்கள் திருப்தி அடைவ மாட்டார்கள். உங்கன் செலவிலே குறைதான் அதிகம் கண்டுபிடிக்கப்படும். உங்கனின் வதார்த்த நிலையை அடுத்தவர்கள் புரிந்து கொள்வது சற்று சிரமமே. ஆனால் உங்கனின் இந்த தல்வகுணத்தைச் சற்று காலம் கடந்தே மற்றவர்கள் அறிந்து கொள்வார்கள். புதனும் சுக்கிரனும் சுபவிரயத்திற்கும் அதே சமயம் ஆத்மார்த்தமான திருப்திக்கும் காரணமாகிறார்கள். கேதுவினால் சற்று மன விரக்தி ஏற்படலாம்.

கன்னி ராசி:

உத்திரம், 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், அனந்தம், சித்திரை 1, 2 - ஆம் பாதங்கள்:

இந்த மாத ஆரம்பத்தில் தல்வ குறி நிலை காணப்படுகிறது. அந்த நட்சத்திரக் காரர்களுக்கு அதிர்ஷ்டம் கொஞ்சம் கூடுவே இருக்கும். ஆனால் சித்திரை நட்சத்திரக்காரர்கள் சற்று சிரமப்படுவார்கள். உத்திர நட்சத்திரக்காரர்கள் பிறகுக்கு உதவ விரும்பி அதனால் சற்று மனநிம்மதி வையும் இழக்கலாம். திருவிழாக்கள், பண்டிகைகள், விருந்து, கேளிக்கை என வீட்டு

புலசுபச் செலவுகள் தூள் மிளப்பும், மாதப் பிற்பகுதியில் ஒருவித விரக்தி நிலவும். பொருளாதார நிலை சற்று மனநிம்மதியைக் கொடுக்கும். எனினும் குருவின் பார்வைபாய் தீமைகள் அனைத்தும் கட்டுப்படுத்தப்பட்டு ஒரு புதிய உற்சாகத்தைக் கொடுக்கும்.

துலாம் ராசி:

சித்திரை 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், உவாதி, விசாகம் 1, 2, 3, - ஆம் பாதங்கள்.

முதல் 15 நாட்களுக்கு தீர்மானத்துள்ள இராசி நாதனும், உச்சபுதனும் உரிமுகுறையில் உதவுவார்கள். வீட்டில் விருந்து, கேளிக்கை என பணம் விரயமாகக் காரணமூண்டு. சென்மக் கலைஞர்கள், நடனம் துறையினர் ஓரளவுக்கு ஏற்றம் பெறுவர். விசாக நட்சத்திரக்காரர்களுக்கு விரயம் ஏற்படலாம். அது உடல்நிலை போளாது காரணமாகக் கூட இருக்கலாம். அதுவும் குறிப்பாக கண் சம்பந்தமான நோய் ஏற்படும். அறுவை சிகிச்சை வளர கொண்டு போய் விடலாம். ஆனினும், சுக்கிரன், குரு பார்வை பெறுவதாலும், ரிஷபத்தில் குரு இருப்பதாலும் அத்தகைய சிகிச்சை வெற்றியைத் தரும். புத்திரர்களால் சிலருக்கு மன வருத்தமோ, பண நஷ்டமோ ஏற்படலாம்.

விருச்சிக ராசி:

விசாகம் 4 - ஆம் பாதம், அனுரம், கேட்டை.

இந்த மாதம் பூராவும் விழப்படுவையே கழியும். பணிக்குச் செல்லும் பெண்கள் கௌரவம் பெறுவர், கடன் உபகாதங்கள் நீர்ந்து மனநிம்மதி ஏற்படலாம். வீட்டு மனை வாங்கும் யோகம் சிலருக்கு இருக்கும்; அதே நேரத்தில் ஒரு சிலர் வீட்டை விற்கவோ அல்லது வாடகை வீடானால் மாற்றவோ வேண்டியிருக்கும். பிற்பத்தால் வர்ப்பம் ஏற்படும். பங்காளிகள் பாகப் பிரிவினைக்கு ஏற்ற மாதம். கலைஞர்கள் சற்றுக் கவனத்துடன் நடந்து கொள்ள வேண்டும். வீண் வறட்டு கௌரவம் காரணமாகச் சிலர், வாய்க்கும் அதிர்ஷ்டத்தை இழக்கலாம்.

தனுசு ராசி:

மூலம், பூரடம், உத்திராடம் 1 - ஆம் பாதம்.

இந்த ராசிக்காரர்களுக்கு இந்த மாதம் சற்று சோதனையும், மனவேதனையும் தரும் காலமாக இருக்கலாம். முதல் 15

ஃபுட்கர் பொட்டைச் சுவற்றில், உதவுகவிவோ ஒட்டாமல், இரண்டு ஃபுட்கர் பொட்டுகளை ஒன்றுடன் ஒன்று ஒட்டி வைத்தால் ஒட்டும் தன்மை குறையாமல் பல நாட்கள் உபயோகிக்க முடிகிறது. (வீதபணவாணர்களும் இந்த முறையிலேயே விற்கலாமே!)

Jyoti

சமையலறை ராணி

"அது ஒரு மிக்ஸர் மட்டுமல்ல.
அது சமையலறைக்கு
வேண்டிய ஒரு உற்ற சாதனம்."

- மூன்று ஸ்டெயின்லெஸ் ஸ்டீல் ஜாடிகள்.
- இணையற்ற மேல் மூடிகள்.
- 30 நிமிடங்கள் தொடர்ந்து ஓடக் கூடிய 450 வாட்ஸ் அளவுள்ள மிக் சக்தி வாய்ந்த மோட்டார்.
- ஜாயிண்டுகள் மற்றும் ரிவெட்டிங் அற்ற ஒரே தகட்டில் செய்த ஸ்டெயின்லெஸ் ஸ்டீல் ஜாடிகள்.



உத்தீரவாதம்
24
மாதங்கள்!

தமிழ்நாடு விற்பனையகஸ்தர்:

பி. பி. எண்டர்பிரைஸஸ்

25, வீரப்பன் தெரு, சென்னை-600 079 போன்: 31919

தென் ஆற்காடு, தஞ்சாவூர் கிளை-விற்பனையகஸ்தர்

எ. பி. ஏஜன்ஸீஸ்
விற்ப்புரம்

திருச்சி டவுன் கிளை-விற்பனையகஸ்தர்

ஜெ. எஸ். ஏஜன்ஸீஸ்
திருச்சி

ஒரு பாத்திரத்தில் வறுத்தும்
மற்றொன்றில் பொரித்தும்
மூன்றாவதில் வதக்கியும்
நான்காவதில் வேக வைத்தும்
அவதிப்பதும் ஒவ்வொரு
குடும்பத்தினிக்கும்.

மூன்று வார்த்தைகள் கொண்ட
ஓர் அறிவுரை...

பிரெஸ்டிஜ்

பிரஷர் பேன்

கிதான் உட்குகித, அதான்
விளையுத வதக்கெதாம்
செய்கிறது வயத, உலையுதாம்

இது வறுத்திறது



இது பொரித்திறது



இது வதக்குகிறது



கிதான் உட்குகித
அதான் விளையுத
செய்கிறது வயத

இது வேகவைக்கிறது

Prestige

© 1997 Prestige
PAN

தயாரிப்பு

சாதாரண அமைதி உபயோகத்திற்கு மட்டுமே.
உபயோகம் முடிந்த பிறகு
குறைந்த அழுத்தத்தில் வேகவைப்பதில்
உபயோகம் செய்யக்கூடாது.

நாட்களில் கிணரவக் குறைவுக்கு வாய்ப்புள்ளது. கணவரூர்தொடக் கூள்ளவர்கள் சற்று கவனவாப்படி வேண்டிய நிலை. ஒரு சிலர் நம்பிக்கைத் துரோகத்துக்கு ஆளாவர். திணைத்தபடி செயல்களைச் செய்து முடிப்பதில் சற்றுத் தாமதம் ஏற்படும். அல்லது தடைபட உண்டாகலாம். எதிரும், எப்போதும் எச்சரிக்கை தேவை. வாக்கிலும், செயலிலும் குற்றம் கண்டுபிடிக்கப்பட்டுக் கீர்த்திகூடப் பங்கம் வரலாம். எனவே கணவரூரிகளும், எரிபொருள் வியாபாரிகளும், சேத வித்பன்னரிகளும் கூட வினயமாக நடந்தால்தான் வெற்றி பெற முடியும்.

மகூர ராசி:

உத்திராடம் 2, 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், திருவோணம். அவிட்டம் 1, 2 - ஆம் பாதங்கள்.

மகூர ராசிக்காரர்களுக்கு மன நிறைவு தரும் மாதந்தான் என்றாலும் மாதத்தின் முற்பகுதியை விடப் பிற்பகுதியே சற்று யோகக் காலமாகத் தெரிகிறது. கணவரூரிகளுக்கு மாதத்தின் கடைசி வாரத்தில் பயன் கூடுதலாக இருக்கும். வீட்டு யோகம் சிலருக்கு உண்டு. ஒரு சிலருக்குப் பச்சம்பந்தமான நோய் உபாதை தரும். கண்ணும் சற்று பாதிக்கப்படலாம். திருமணப் பேச்சிற்கு மாதத்தின் பிற்பகுதி ஏற்றது. கூலிகள் தீர வாய்ப்பு உண்டு. எண்ணெய் வியாபாரிகளுக்கு வாய்க்கா போத்தால் இலாபம் ஏற்படும். அலுவலகத்தில் பணிபுரியும் பெண்கள் கவனக்குறைவால் மேலதிகாரிகளிடமிருந்து துன்பம் வாரித்ததைக் கேட்க வேண்டி வரும். வினைவாட்டு வீரர்களுக்கு வெற்றி கிடைக்கும். வினை, வலன் கற்கும் பெண்கள் பாராட்டிப் பெறுவார்கள். அல்லது அவர்களது அங்குசத்திற்கு அண்ணலையில் நன்மைபெறும் நூற்றினல் உருவாகும்.

கும்ப ராசி:

அவிட்டம் 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், சதவம். பூரட்டாதி 1, 2, 3 - ஆம் பாதங்கள்.

யோகக்காரர்களான கும்ப ராசிக்காரர்கள் மாதத்தில் முதலிரண்டு வாரங்களில் திறு குறப்பத்திற்கு ஆளாகலாம். அவர்களது மதிப்புக்கும் பங்கம் வரலாம். ஆனால் பிற்பகுதி இராஜயோகத்தையும் திபுன யோகத்தையும் பெறுவார்கள். ஆபரணங்களையும், புதுமையான வஸ்துக்களையும் வாங்கும் யோகம் சிலருக்கு உண்டு. பதவியேற்றம், பழைய பாக்கி

வசூல் என அலுவலகத்தில் பணிபுரிபவர்களுக்கு இலாபம் ஏற்படும். விருந்துகளும், களிப்பிரவாணங்களும் சிலருக்கு மகிழ்ச்சியை அளிக்கும். எதிர்பார்த்த வெளிநாட்டுக் கடிதங்கள் வெற்றியையும், மகிழ்ச்சிகளையும் தரும். இரகசியம் மருத்துவத் துறையினர் லாபம் பெறுவர். ஒரு சிலருக்கு இவ்விநாட்டுப் பிரவாணமும் ஈககடி வரும். குறிப்பாக மாதத்தில் பிற்பகுதி வாய்பாக்கவே இருக்கும்.

மின் ராசி:

பூரட்டாதி 4 - ஆம் பாதம், சத்திபட்டி, ரதி, ரோஹி.

கூலிகள் இராதிநாதம் நல்ல நிலையில் இருக்கிறார். என்னும் விண் பொருள் வீரமும் ஏற்படக் காரணமுண்டு. குறிப்பாக உங்கள் பெண்களுக்காகக் கப வீரமும் செயல் வேண்டியிருக்கும். சிலர் வீட்டில் நிச்சயதார்த்தம் போன்ற செயல்கள் ஏற்படும். பிரவாணங்களால் ஆதாயம் ஒரு பங்கு என்றால், செயலுமுன்று பங்கு இருக்கும். உடன், தொல்லை தீரலாம். நண்பர்கள், வேண்டிய உறவினர் போன்றவர்களின் வீட்டில் நடக்கும் திகழ்ச்சிகளில் கலந்து கொள்வீர்கள். பொருளாதார நிலை சற்று பாதிப்பு அடைந்தாலும், செய்யும் தொழில் முன்பெற்றதும் காணப்படும். தொழிலைவிறுத்திச் செயல்படுத்தி உதவியை நாட வேண்டியிருக்கும்; அதில் வெற்றியும் பெறுவீர்கள்.

புதுசின் ஓதக்கம்!

நவ நூல்களில் வித்யா காரகன் என்னும் சிறப்பினைப் பெற்றவர் புதுசே ஆவாரி, இவர் கல்வி, ஞானம், களிதம், விவாபாரம், சிற்பம், சங்கீதம், சோதிடம் ஆகிய பலவற்றிற்கும் காரணமாக விளங்கு

பாகற்காணயம் பொடிப் பொடியாக நறுக்கி புனித தண்ணீரில் ஊறவைக்கவும். உடலை மூலையில் உப்பு, காரம், பெருங்காயம் சேர்த்து பாகற்காணய சித்தி இத்த மாவுக் கலையில் போட்டு வேர்க்கடலை பக்கோடா செய்வது போல் எண்ணெயில் இருத்தி எடுத்தால் மிகவும் கணவராக இருக்கும். சுப்பு இருக்குமிடம் தெரிவது, உடம்புக்கும் நல்லது.

— தி. இத்திரா.

சிறார், நாட்டியக் கலை, எழுத்துக் கலை ஆகியவைகள் சிறப்புற அமைப புதனே காரணம். எனவே பெண்களின் கைகளில் புதன் மேடு சிறப்பாக அமைந்திருந்தால் ஒரு சிறந்த நடன கலா ராணியாக விளங்க வாம். அத்தகைய சிறப்பினைப் பெற புதன் மேட்டின் மேல் (M) பல் சிறு சிறு ரேகைகள் அமைந்திருக்க வேண்டும். சிறந்த இளைச் சொற்பொழிவைப் பொழிவிற சகோதரிகளின் கைகளை நன்கு கவனித்தால், அவர்களது இடது கரத்தில் புதன் மேட்டின் மேல் ஒரு நீண்ட ரேகை தோன்றி அதன் அருகில் சில சிறு ரேகைகள் இருப்பதைக் காணலாம். இத்தகைய நீண்ட தோர்க்கோடு போன்ற (X-Y) ரேகை அவர்களுடைய அபரிமிதமான கற்பனைத் திறனைக் காட்டும். சமீப காலத்தில் அத்தகைய இளைச் சொற்பொழிவு செய்கின்ற சகோதரிகள் எவ்வாறு நமது மேதா விலாசத்தால் ஒரு பெரும் சகிக்கூட்டத்தை மெய் மறந்து கவனிக்கும்படி செய்திறார்கள் என்பதைப்பயனுடிகளில் காணலாம். எனவே சிறந்த கலைஞரானதைத் தகுதிநிற ஆற்றல் புதன் மேட்டிற்கே காண்டு, அத்தகைய புதன் மேடு குழி விழுந்து, ஒடுங்கிக் காணப்பட்டால் அப்படிப்பட்டவர்களுக்கு மேற்கூறித்தகைய கைகளில் அங்கவாகக் கூடுபாடு இருக்காது என்பதைக் காட்டும்.

நமது பெண்கள் சிறந்த சந்தேகிரோன் மணிகளாகவோ, நாட்டியக் கலையரங்கங்களாகவோ வரவேண்டும் என விரும்பும் சகோதரிகள், நங்களது புதல்களின் இடது கரத்தில் மேற்கூறித்த ரேகை அமைப்பு உள்ளதா எனக் கவனித்து, அதற்கேற்ப ஆக்கமும் ஊக்கமும் அளித்தால் அத்தக் குழந்தைகள் பிற்காலத்தில் பாரிபுகளும் பரத நாட்டியப் போராளிகளாகப் புகழ் பெற முடியும். அந்த அளவிற்றுத் திருமால் அவர்களை ஆரீவதித்து அருள் புரிவார். து ஊக்கவாய்க்கு அந்த நாராயணனின் அருளும் நிச்சயம் உண்டு. ஏனெனில் குழந்தையும் கண்ணாடிகளும் வில்லெந்தும் இராமனர்க்கும் அவதரித்த அத்தத் திருமால் சகல துன்பக் கலையும் காரணமற்றாக இருப்பதே அதற்குக் காரணமாகும். அதே சமயம் நமது கையில் குரு



மேடும் சிறப்பாக அமைந்திருந்தால்தான் மேற்படி புதல் நம்மை வந்தடையும். ஏனெனில் குருவின் அதிதேவதையாம் தட்சிணா மூர்த்தி தென்னாடுடைய விவனல்லவா? ஆகவே ஹரியும் விவனும் சேர்த்தே அருள் பாலித்தால்தான் அருங்கலையகள் வளரும். அப்படிப்பட்ட அருளைப் பெற்றவர்கள் தான் சிறந்த இளைமேன்களாக, சொற்பொழிவாளர்களாக, இலக்கிய மேதை வாக, நாடக கலைஞர்களாக, சிற்ப ஓவிய விற்பன்னர்களாக ஆகி இருக்கிறார்கள். மறும் புதன் மேட்டின் மேல் சிறந்ததொரு தட்சிணிக் குறி இருந்தால் அப்படிப்பட்ட சகோதரிகள், விஞ்ஞான ஆராய்ச்சியில் ஈடுபட்டுச் சிறந்த விஞ்ஞானிகளாக ஆக முடியும். குறிப்பாக, பெண்களுக்கான மருத்துவத்துறையில் மிகச் சிறப்பான பெயரையும், புகழையும் அடைந்துள்ள சகோதரிகள் அத்தகைய தட்சிணிக் குறி (S) வினைப் பெற்றிருப்பார்கள். அதே சமயம் அவர்களது சூரிய மேட்டில் மிகச் சிறந்த தொகு தேரான் (K - R) ரேகையுமிருப்பதும், அத்துடன் அவர்களுது விதி ரேகை (P - Q) நன்கு, தீண்டு காணப்படும். இத்தக் கட்டுரைகளைப் படிக்கும் சகோதரிகளின் கைகளில் இத்தகைய ரேகையைக் கண்டால் அத்தத் துறையில் அக்குழந்தைகளை ஊக்குவித்தாலே போதும். அவர்கள் மேதைகளாக வளர்ந்து தாங்கள் பிறந்த வீட்டிற்கும், நங்கள் நாட்டிற்கும் பெருமை தேடித் தருவார்கள்.

உருளைச் சிறந்த போன்ற வரக் கதி களில் வரத் துவிக்காவி விட்டால் அரை குடி எதுவிய்ச் பழத்தையப் பிழித்து, அரை காய்த் சர்க்கரையையும் துவி கைத்து பரிமாறும்கள். வரத் தீங்கி கலைய யும் உரும.

கங்கைபேரல் கரைபுரளும்
புது ரக பட்டுப்புடவைகள்
மங்கை சில்களில் கிடைக்குதே
மங்கையர் கூட்டம் குளியுதே...



காஞ்சிபுரம் மற்றும்
அனைத்து மாநில
பட்டு புடவைகளுக்கு...

மங்கை சில்க்ஸ்

ஏச் - கன் டிரைன்ட்

Y.M.C.A. காமயங்கல் நகர கடை பஜார்,
மதுரை-625001 போன்: 36040

ஆலக

கோவையில் 32 ஆண்டுகளுக்கு மேலாக
மக்கள் கோவையில் புகழ் பெற்ற நிறுவனம்

கமலா ஸ்டோர்ஸ்

16, கிரால்கட் ரோடு, காந்திபுரம், கோயமுத்தூர்-641 012
போன் : 22489 விடு : 30778

மங்கையர் விரும்பும் நவீன விதவிதமான
உயர்தர எவர்சில்வர் பாத்திரங்கள் மற்றும்
பித்தளை தாமிர பாத்திர வகைகள்
வாங்க சிறந்த இடம்

கமலா எவர்சில்வர் பாத்திரங்கள்

எங்கள் பேட்டரியில் தயாராகிறது எல்லாவித ஆர்டர்களும் கவனிக்கப்படும்

பிரஸ்டிஜ், பட்டர்பினை ஜாவல் பிரஷர் குக்கர்கள்
விற்பனை செய்வதுடன் கர்வின்சும் செய்து கொடுக்கிறோம்.

ஆண்டுகள் நூறாயினும் அழியாதிருக்கும்
முகப்புகழ்படநினைவுகள்....



மிகவும் நெருங்கிய முயற்சியை எடுத்தார்கள். இந்த முயற்சியை
மிகவும் நெருங்கிய முயற்சியை எடுத்தார்கள். இந்த முயற்சியை



மிகவும் நெருங்கிய முயற்சியை எடுத்தார்கள். இந்த முயற்சியை

மிகவும் நெருங்கிய முயற்சியை எடுத்தார்கள். இந்த முயற்சியை

மிகவும் நெருங்கிய முயற்சியை எடுத்தார்கள். இந்த முயற்சியை

மிகவும் நெருங்கிய முயற்சியை எடுத்தார்கள். இந்த முயற்சியை

மிகவும் நெருங்கிய முயற்சியை எடுத்தார்கள். இந்த முயற்சியை

மிகவும் நெருங்கிய முயற்சியை எடுத்தார்கள். இந்த முயற்சியை

மிகவும் நெருங்கிய முயற்சியை எடுத்தார்கள். இந்த முயற்சியை

மிகவும் நெருங்கிய முயற்சியை எடுத்தார்கள். இந்த முயற்சியை

மிகவும் நெருங்கிய முயற்சியை எடுத்தார்கள். இந்த முயற்சியை

மிகவும் நெருங்கிய முயற்சியை எடுத்தார்கள். இந்த முயற்சியை



அழியாத நினைவுகளுக்கு காரணமாக
அழியாத பிளாக் & ஒயர் படங்கள்!

இந்து பிளாக் & ஒயர், பிளாக் பிளாக்
மற்றும் பிளாக் பிளாக்.

எண்ணெயில் பொரித்து வறுத்துத் தயாரிக்கப்பட்ட உணவுப் பண்டங்களால் தயாரிக்கப்பட்டவைகள் மாரி அளவகலாபப் பார்க்கும் போபிடு, நாலில் தீர் கொட்டு மல்லவா? வறுக்கப்படும் உணவு, பார்ப்பதற்குக் கவிச்சிகரமாக இருப்பது மட்டுமல்லாமல், அதிக குழியுள்ளதாகவுமிருக்கிறது.

நம் இந்திய உணவில் பல வகைகள் உள்ளன. இந்தியாவின் ஒவ்வொரு பகுதியிலும், அப்பகுதிகளை உரித்தானதாக,

எதிர் எண்ணெய் சாப்பிடு!



ஒவ்வொரு விதமாக உணவு தயாரிக்கப்படுகிறது. பொரித்த, வறுத்த உணவு, சாப்பாட்டுப் பிரியர்களால் மிகவும் போற்றப்பட்டாலும், மாக்டர்கள் மற்றும் சத்துணவு நிபுணர்கள், இவ்வுணவு ஆரோகியத்திற்குத் தீவிர விளைவிக்கிறது என்று எச்சரிக்கிறார்கள். ஆனாலும், ஓர் இல்லத்தாசி, எண்ணெயில் பொரித்துப் பண்டங்கள் தயாரிப்பதை அரவே ஒதுக்கிவிட முடியாது. திடீரென்று எதன் விருத்தாளிகளைச் சமாளிக்கவும், விருந்துகளிலும் பிச்சிக்குகளிலும் (சமீபாசப்பயணங்கள்) எண்ணெயில் பொரித்து வறுக்கப்பட்ட பதார்த்தங்களை, சமயத்தில் எககொடுத்து உதவுகின்றன.

வறுப்பதில் இரண்டு வகை. (1) எண்ணெயைக் குறைவாக வைத்து வறுக்குவது. (2) எண்ணெயை அதிகமாக வைத்து வறுத்தெடுப்பது. இவ்விருவரு வகையிலும், டால்டா போன்ற கெட்டியான, திரவ நிலையில் இல்லாத கொழுப்பும், அல்லது, திரவ நிலையில் உள்ள எண்ணெயையும் உபயோகிக்கலாம்.

உணவுப் பண்டங்களைப் பொரித்துத் தயாரிக்கக் கூடிய வகை, கெட்டியான டால்டா போன்றவைகளைத் தவிர்த்து,

எண்ணெயையே உபயோகிப்பது நல்லது. கடைமீலிருந்து எண்ணெய்வாங்கிவந்தவுடன், அதை வாய்க்கன்ற பாத்திரத்திற்கு மாற்றி, ஒருமணி நேரம் தல்ல பளிச்சென்று விவலில் வைக்க வேண்டும். அல்லது சாதாரண பாட்டிலில் (கவரில்லாத) சாற்றி, இறுக்கி மூடி அப்படியே இரண்டு மணி நேரம் வெளில் வைக்க வேண்டும். இப்படிச் செய்வதால், எண்ணெயில் இருக்கும் அகப்போலாக்சின் (இது புற்றுநோயை உண்டாக்குகிறது என்று அறியப்படுகிறது) எல்லாம் பொருள் நீக்கப்படுகிறது.

டால்டா, அல்லது எண்ணெய் காற்று பரும்போது, காற்றிலுள்ள ஆக்சிஜன் எண்ணெயில் கலந்து ஆக்ஸினைஸ் ஆகிவிடுகிறது. இந்தினலில் தீர் பரும்போது நானு தல் ஏற்பட்டு ஒருவித கெட்ட வாடை விகிறது. மேலும் எண்ணெயிலுள்ள 'சி' வைட்டமின் எ வைட்டமின் அழிந்து விடுகின்றன. இக்காரணத்திற்காகவே, எண்ணெயைக் காற்றுப் புகாத வண்ணம் இறுக்கமாக மூடி, உஷ்ணத்திலிருந்தும், காப்பகசலிலிருந்தும் பாதுகாத்து வைக்க வேண்டும்.

ஒளி பாயக்கூடிய அளவு தெளிவாக

யும், காண்டிளிங் எடுத்து விற்ப்போது, கலமமாக விற்பை கூடியதாகவும் இருக்கிறதெனெனம் நல்ல என்னெனம். அழகத்ததுணுக்குகள் இல்லாமலும், தனியான வாசனை எதுவுமில்லாமலும் இருக்கவேண்டும். எப்போதும், குறைந்த அளவிலேயே என்னெனம் வாங்க வேண்டும்.

தீயில் எலக்ட்ரிக் போது, எண்ணெய் விந்து அளிக் கோல் சுழித்துப் புகைவாழ்வுண்டும். அதுதான் நல்ல தாமர எண்ணெய். எந்த கண்ணாடிகளில், எண்ணெய்விந்து இலேசான தீயிறப் புகை வலு கிறதோ, அந்த கண்ணாடிகளில் அந்த எண்ணெயின் புகையும் திசை என்று உறப் படுகிறது. உபயோகிக்கப்பட்ட எண்ணெயை தொடர்ந்து பயன்படுத்துவோது. புகையும் திசை, மிக விநாயிவேயே வந்து விடும்.

முன் டங்களை வறுக்கும் போது பின் பற்ற வேண்டியவகைகள் :

1. வானளவில் மூன்றில் இரண்டு பாகம் ஏன்மைய இருக்கவேண்டும். வானளி கெட்டபாணதாகவும், வாய் அகன்றதாகவுமிருக்கவேண்டும்.

3. நெல்லிக்காய்மாவது புதிதானது. உருண்டை, மரக்கி எண்ணெய்க்கிப் பாட வேண்டும். இது எண்ணெய், நுரைப்பதையும், நுரைத்துப் போய் விடாதி வளையும். கடுக்கிறது.

3. பதாப்த்தத்தின் எண்ணெயில் போடுவதற்கு முன்பு, எண்ணெய் தன் றாகக் காய்ச்சித் தக்க வெண்டும். காசைத் தூக்க ஆரம்பித்தபிறகு, பொரிக்க ஆர ம்பிக்கவேண்டும். எண்ணெய் தன்றாகக் காய்ந்திருக்காவிடும், எண்ணெய்க்குள் போர் பதாப்த்தம் எண்ணெய்க்குள் வேறே அமிழ்ந்துவிடும். மேலே வராது. சரியாயல் பொரிவாது. பதாப்த்தத்தில் எண்ணெய் கொத்துக் கொண்டுவீடும். எண்ணெய் கொத்துவிடும் போது நீர்மையே இருக்கும்.

4. வர்ணாவிலில் பெரிசுத்துமனவுக்துப்
பொதுமரம் என்னெவ்விதக்கேவண்டி

3. முதலியோரும், எல்லா எண்ணெயையும் வாணலியில் ஊற்றிவிடவேண்டும். முதலில் போதுமான ஒரு திறப்பிட்ட அளவு எடுத்து, பண்டங்களைப் பொசுத்து, பிறகு எண்ணெய் குறைந்த அளவு, புது எண்ணெய் விடவும். இம்முறைதான் எண்ணெயிலுள்ள சத்து வீணாகாமல் தடுக்கப்படுகிறது. மேலும் புது எண்ணெய் விட்டவுடன், எண்ணெய் மறுபடியும் நன்கு காய்ந்த பிறகு, பொசுக்க ஆரம்பிக்கவேண்டும்.

3. யாணலியிலுள்ள என்னெனில் எத்தனை துண்டுகள் பொரிக்க முடியுமோ, அத்தனை மட்டுமே போடவேண்டும். அதிகமாகப் போட்டால், சூட்டில் கட்டிக் கொண்டு சரிவாகப் பொரிவது,

7. அதித எண்ணெய், மேலும் பலன் படுத்தும் பேரது. எண்ணெயிலுள்ள எந்த அமிலம் கிணரகிலிடுகின்றது.

8. பண்டம் பெரிதான பிறகு, என் னெலிலிருந்து வெளியே எடுக்கும் பொது, சுத்தமாக, எண்ணெய்க்குள் துளிகள் எதுவும் தங்கியேடாமல் ஒட்ட அரித்து எடுக் கப்படும்.

9 வறுத்த எண்ணெயை, வெகுசீக் கிரத்தில் உபயோகித்து விடவேண்டும். வெகு தாட்கள் வைத்திருந்தால், நாற்ற மடித்து நக்கத்தக்கமாய்வுடையதாக ஆ விடும். மீதி எண்ணெயை, கற்றுப் புர வுண்டும், சுரமீசுவாத இடத்தில் வைக்க வேண்டும்.

10. பொசுப்பதற்கு அதிக நேரம் எடுக்கக்கூடாது. பண்டங்களின் எண்ணெயில் போட்டவுடன் அவை மேலே வந்தவுடன் எடுத்து விடவேண்டும். இல்லாவிடில் வீணாகிவிடும் வாய்ப்பு உண்டாகும்.

11 என்னென்னவென்று பகுத்துப் போது, என்னென்ப, தன்நாக, ஓட்ட, வாழத்தவிறகு, பண்டங்களாக நீக்கவேண்டும்.

12. பொசித்தவுடனேயே, கு. 1. 7 க்
இருக்கும்போது, பண்டங்களான மூட்டை
கூடாது, மூட்டையால் பொசித்து விட்டு
தொழுவது பொசித்தும், சிறிது பொசி
மூட்டையால் வைத்துப் பிறகு சற்று நேரம்
கூடாது, காற்றுப் புகாதவாறு மூட்டையில்
வைக்கலாம்.

என்னைவிரிப் பொருத்தப்பா' பண்
ட புகன் படுகுதியுள்ளதாக இருந்தாலுமீ
துறோக்கியத்திற்கு தீவஞ் சிள்ளலிக்கந்
கபுவலையாள் படை நாம் மறக்கக் கூடாது.
பொரித்த பதார்த்தங்களுள் இதமான
புளியில்: கனபது நல்லது. மதிய உணவு
பொருடும். பாணசுதிந்துள்ள புகையும்
என்னைவிரிப் பொரித்த பண்டங்களுள்
சாம்பிரமது நல்லது. காலை உணவிலும்,
தாமிலும் இவைகளைத் தவிர்த்து வேறு
பிற...

— 序 —

3. பரமசிவனாகிய தான் தமது பெருமை
 தன்னைப்பற்றி, தான் தான் வித்து பெருமை
 இடையே அரவணம் கொட்டியு, அத்துடன்
 அருமை தான் உய்யு, பெருமைகளைத்
 உய்யு திட்டித் தட்டியு தான் அருமையின்
 உய்யுதலும், அருமையும் உய்யு இறக்கி
 உய்யுதலும் கொடுக்கலும், காணாவிடைய
 காணாவிடைய, வித்து அருமைகளை
 அருமை, உய்யுதலும், அருமைகளை, வித்து
 அருமைகளை, அருமைகளை கொட்டி
 அருமை இறக்கலும், இறக்கலும், அருமைகளை,
 உய்யுதலும், அருமைகளை, அருமைகளை, அருமை

— **1999** —

and George's school papers.
The principal was very kind
and gave me a letter to show
me the way to the school.
I went there at once and
found it was a very nice
school. I saw many good
children and they were
very happy. I stayed there
for some time and then
went home. I was very
glad to see my friends.

070

0500

0544

100

BLAD

USE ANCHOR SKEINS

A PRODUCT OF **Madura Coats**

[illegible]

RADIATION/HC/T062 • TM

கதைச் 8 பக்கங்கள்

சூங்கி மரகம்... கீபாவளிக்காக!

நீம்முண்டை இந்திய சமூகவாதிக் கண்டனமாக ஒரு பெண் எப்பொழுது புடைவை கட்டுவதை நிறுத்தினாள், அப் பொழுதே நம்முடைய இந்திய கலாசாரமும் அழிந்துவிடும்! என்றார் சீர்தமரின் பண் பாடி, கலாசார ஆலோசகர் பூபத் ஜெய்கர். அநேகமாம் பெண்கள் சிபிந்தனர்.



வும், வாகுக்கும் அஞ்சாத நாளைச் செருக்கோ ழும் இதக்க வேண்டுவதில் சந்தேகமே இல்லை" என்றிறார்.

"என், ஒரு பெண் எத்தனெத்தானும் பயப்பட வேண்டும்? கல்லூரிக்குக் கோ-எஜு கேஷனில் படிப்பதில் என்ன தவறு? ஆண் கூடக் பழகுவதில் என்ன தவறு? அவளை அடக்கி அடக்கியே நம்முடைய பண்ணையும், அறிவையும், ஆணத்தையும் அடக்கிவிட்டார்கள!" என்று பொரித்து தள்ளுகிறார்.

"மனத்திலே தெளிவு இருந்து விட்டால் எத்தத் தவறுகளும் நடக்காது. அனாதையை அறிவு உள்ளவர்கள்தான் நாகரிகம் என்று பெயரில் அனாதையை ஆடை மூத்துகிறார்கள். ஒரு இந்தியப் பெண்ணிற்குப் புடைவை பொருத்தவது போலவேறு எத்தனையையும் அய்வனவு அழகாகப் பொருத்துவதில்லை. அது அவளுடைய பண்பாட்டுச் சின்னம்."

"...அவந்தாட்டினர் கூட இப்போதெல் லாம் புடைவைகள் உடுத்த ஆரம்பித்திருக் கிறார்கள். அப்படி இருக்கும்போது நம்மு டைய பெண்கள் புடைவைவைப் புறக்கனிக் கிறார்களே..." என்றபொது.

"...தோ... அவந்தாட்டுப் பெண்களுக்குப் புடைவை அத்தனை பாத்தமாக இருப்பது இல்லை. நாம் மேலைநாட்டு உடை உடுத்தி னால் எப்படிப் பொருத்தமாக இல்லவியோ, அப்படித்தான் வெளிநாட்டுப் பெண்கள் புடைவை அணிவதும்..."

"தமிழ்ப் பெண்களுக்கு நீங்கள் என்ன சொல்ல விரும்புகிறீர்கள்...?"

"...உங்கள் பெண்களை விராங்கனை களாக வளருங்கள்..." என்று ஒரு போடு போட்டார்.

செங்கப்பூர், மலேஷியா போன்ற வெளி நாடுகளில் ஜவுளி வியாபாரத்தில் கொடி கட்டிப் பறக்கும் அப்துல் ஹனியா சொன்னையிதம ஹனியா டெக்ஸ்டைல்ஸை நிறுவியிருக்கிறார். இவர்களின் அனுபவம் என்ன? மாணேஜர் திரு. சத்துரு குறுகிறார்:-



"நாங்க புது வருஷமா இந்தியாவிலிருந்து வெளிநாடுகளுக்குத் துணிகளை அனுப்பி வருகிறோம். மலேஷியா, செங்கப்பூரில் இருப்பவர்கள் எல்லாம் இந்தியப் புடைவைகளை நொம்ப விரும்பி வாங்குறாங்க. அதனால் இத்துறையில நல்ல அனுபவம் இருக்கிறதால் சொன்னையிலேயே நாட்டின் எல்லாத் துணிவகைகளும் உன் ஒரு துணிக்கடையைத் துவக்கணும்னுதான் நானிப்பாவை ஆரம்பிச்சோம்..."

மற்ற கடைகளுக்கும் இவர்களுக்கும் என்ன வித்தியாசம்?

"வினை வித்தியாசம்தான்" என்று அடித்துச் சொல்கிறார்: "நாங்கள் மொத்தமாக கேஸ் கொடுத்த வாங்குகிறோம். அதனால் கிடைக்கின்ற நன்சூழத் தொகையை மட்டுமே வரம்பாக வைத்து விற்றிறோம். அதனால் கிடைசையைப் பொறுத்தவரை நல்ல வித்தியாசம் இருக்கிறது..." என்கிறார்.



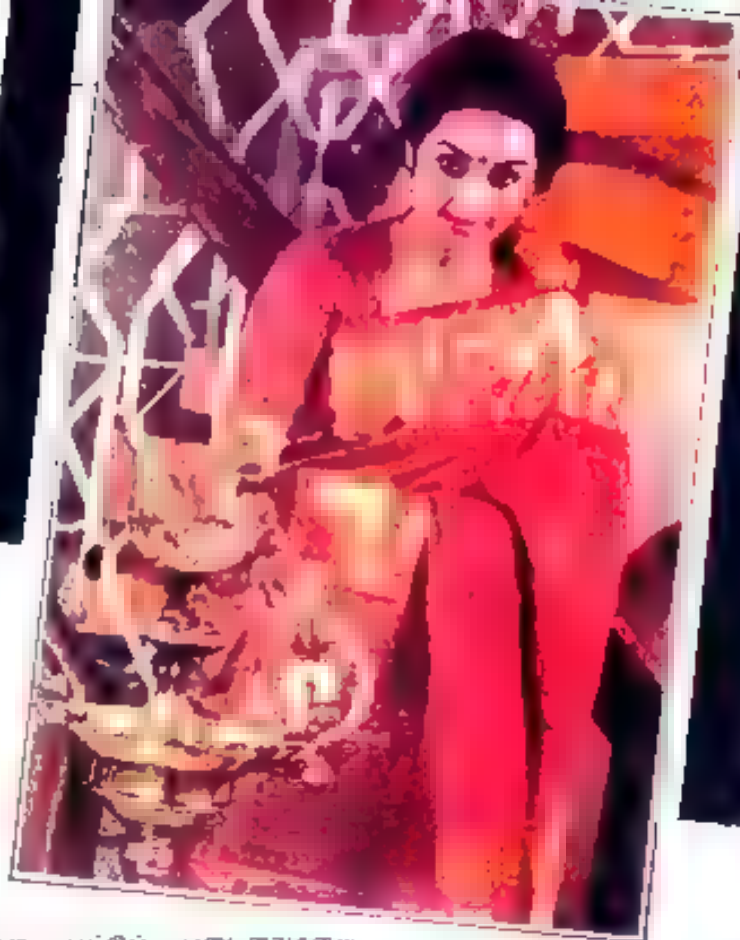
இவர்களிடமிருக்கும் கிட்டல் சார்பை இவ் பெண்கள் விரும்பி வாங்குகிறார்கள் என்றும், வாடிக்கையாக வருகின்ற வாடிக்கையாளர்களின் விவரம் எல்லாம் இவர்கள் நிரித்துக் கொள்கிறார்களாம்.

மெதுவாக எங்களுடைய வாடிக்கையாளர்கள் அதிகரித்து வருகிறார்கள்... இன்னும் கொஞ்ச நாளில் மற்ற பிரபல கடைகளோடு எங்களுடையதும் சேர்ந்து விடும்..." என்று பெருமைப்படுகிறார் இவர்.

திரு. பங்கரை அனுமி இக்கேள்வியைக் கேட்ட போது:

"இத்தனை நாள் பட்டின் மீது அவ்வளவு உவமை செய்யத்தலில்லை. அதுதான் காரணம். ஆனால், இப்போது இவ்வுகைத்தறிப் புறம் பலரும் அவ்வளவு பிரசித்தமோ அந்த அளவிற்குப் பட்டுப் புனைவைகளை பிரபலப்படுத்த முயற்சிகள் செய்ய வருகிறோம். அதற்கு கத்தான் இந்தியாவில் எங்கும் இல்லாத அளவிற்கு பல கோடி ரூபாய் செலவு

புடைவை என்றவுடன் 'கோ - ஆப் டெக்ஸ்' என்றும் பல வண்ண வண்ணத்துப் பூச்சிதான் நினைவு வருகிறது. கோ - ஆப் டெக்ஸில் கைத்தறிப் புடைவைகளைப் பல பெண்மணிகள் விரும்பி வாங்குகிறார்கள். ஆனால் பட்டுப்புடைவை என்றால் அவ்வளவு நாட்டம் இருப்பதில்லை. அது என்ன? கோ - ஆப் டெக்ஸின் இறப்பு அதிகாரி



மானமுள்ள பட்டுப் புடைவைகளைக் கொண்ட 'பட்டு மாளிகை' வாயே சென்னைவில் திறத்திருக்கிறோம். இங்கே நூட்டின் அனைத்துப் பட்டு ரகங்களும் இடம் கிள்ளும் என்றார்.

"ஆனால் இங்கு விலை கொஞ்சம் அதிகம் போவ இருக்கே...?"

"நிச்சயமாக இல்லையம்மா. எங்களுடையது 100% தூய்மையான பட்டு. அதற்கான விலைவைத்தான் போடுகிறோம்..."

"நீங்கள் விழாக் காலங்களில் தள்ளுபடி போடுகிறீர்களே. அதைப் பற்றி பல அபிப்பிராயங்கள் இருக்கின்றன. ஒன்று, விலையை வற்றி, அதில் தள்ளுபடி என்பது போடுகிறார்கள். துண்டத்திற்கு விலைபாரம் செய்வார்கள்?" என்றிறார்களே...?"

படைக் கிரிக்கிறார். "தள்ளுபடி என்பது அந்தத் தள்ளுபடிக்கான தொகையை யாதில அரகம், மத்திய அரகம் எங்களுக்குத் தந்திறது. அடிவளவுதான். யார் வேண்டுமானாலும் வந்து சேராதவை பண்ணலாம். தள்ளுபடிக்கு முன்னால் ஒரு விலை போடப் பட்டிருந்த புடைவை, விழாக் காலங்களில் அதிக விலை போடப்பட்டிருக்கிறதா என்று..." கோ - ஆப்டெக்ஸ் துணிகளை வட்டச்சக்கனக்கான அரசாங்க, தனியார் நிறுவனங்களில் வேலை செய்பவர்கள் கடையில் வாங்குகிறார்கள். அதேபோல் மேஜம்

கில் வசதிகளை ஏன் இவர்கள் செய்து கொடுக்கக் கூடாது? மங்கைவர் மலர் தார்பாக இரண்டு போனைகளை நிகு பங்கரிடும். ஜெனரல் மாணேஜர் திரு. சீதாராம லீடரும் தெரிவித்தோம்: -

"தடைகீட்டு, பாத்திரச் சீட்டு, சில தனிவார்க் கடைகளில் புடைவைச் சீட்டு போல இவர்களும் பட்டுப் புடைவைகளுக்கான சேமிப்புச் சீட்டை ஆரம்பிக்கலாமே! அரசாங்கத்துடையது என்பதால் மக்களும் தய்பிக்கவதாகக் கூட்டலாம். ஒரு நடுத்தர வர்க்கத்துப் பெண்ணும், இதன் மூலம் நல்ல பட்டுப் புடைவைகளை வாங்கிக் கொள்ளலாமே!

2. அரசாங்க, தனியார் ஸ்பிறீட்களுக்கு விழாக் காலம் என்றில்லாமல் திருமணம் போன்ற சமயங்களில் கூடுதலாக அளிக்கலாமே! திருமண சமயங்களில் சாதாரண திருமணங்களில் கூட ஜவுளிப் 'ஜெட்' இருபதாசிரை ஆகுமே! இவர்களின் கடன் கடவிதமாகக் குறைவு பெண்ணைப் பெற்றவர்களின் கமை துறையுமே!

இந்த இரண்டு திட்டங்களுக்கும் மிகுந்த மதிப்பிடுதல், படைகளும், சீதாராமனும் ஒப்புக் கொண்டனர். வினாவில் அதை அறிவிப்பதாகவும் சொன்னார்கள்!



தீபாவலியன்று 'கங்கா' கந்தா
னம் ஆச்சா? என்பார்கள்.
அதுவே உடனின் ஆரோக்கியத்
திற்காகத்தான். அனாதத் தொடர்ந்து
மேலும்சில ஆரோக்கியடிப்பல்: —

தம் ஆரோக்கியத்துக்கு ஆறுகவை
போவவே ஆறு ஆலோசகர்கள் தேவை.
1. சூரிய வெளிச்சம். 2. தத்தமான
தண்ணீர் (பாவம்! செண்ணைவாடுகன்?)
3. சுத்தமான காற்று (தகர்ப்புறதேவன்
சாமான்!). 4. நல்ல தூக்கம் (சும்பசின்
தூக்கம் அல்ல!) 5. உடல் உழைப்பு
(இப்போது மின்சார சாமான்களுக்கு!)
6. அனலாச (1) சத்தி உணவு.

பரித்தாழம் வலிப்பு புடைக்க
உண்ணாதே என்பது பழமொழி.
உறக்கம் என்பது புலன் கலுக்கும்
தேவை. வலிப்பு புடைக்க உண்டால்
படும் இயக்கம் (அதுபலித்த திருநாவர
சரிகளுக்குத் தெரியும்!) அநீதனம்
ஆரோக்கியத்தின் முதல் சத்து.
'காளா எழுந்ததும்' 'ஜில்' வென்று
ஒரு டம்ளர் நீர் அருந்துங்கள். தேனின்
எலுமிச்சம் பழம் பிழிந்து அருந்துங்
கள். கல்களுக்குப் புத்துணர்ச்சியாகும்.
'ஜில்' வென்ற உணர்வும் உண்டாகும்.
சுத்தமான தண்ணீருக்கு என்ன சத்தி
இருக்கிறது? இந்த இயற்கை அண்ண
தம் சூழல் பளபளப்பு, மிதவூத தன்மை
இவற்றுக்கு வழி காட்டி.

தம் தென்னிந்திய உணவு பரிமாவும்
கைலசில் கன்னிப் பார்ந்த தாய் பல
விஷயம் புரியும். அதுவும் 'கை' மான
உணவு போடும் விசேஷ நாட்களில்!
உணவின் முதல் பகுதி பருப்பு. தேய்.
பாயசம் (சாதம் உண்டு!) இது உப
குணத்துக்கு அனுகூலம். தாமஸ
ஜீரணம்.

இடை(வேளை!)யில் சாம்பார்.
ரஸம், மோர்க்குழம்பு. இவை உணவின்
மத்திய பகுதியாக இருக்கக் காரணம்
பித்த குணத்துக்கு அனுகூலம்.

மோர் ஈறுகாய். வாத குணத்துக்கு
அனுகூலம். (இடைப் பகுதியில் பாயசம்
உண்பதும் தவறில்லை) ஈறுகாய் துளி
நாவில் ஏறினால்தான் பாயசம் குணம்
மாறுகிறது.

தம் உடம்பு ஒரு தொழிற்சாலை.
எனவே தாம் அடுத்ததெது எதைக்
கொடுத்தால் இந்தத் தொழிற்சாலை
சரியாக இயங்கும். (முற்காலத்தில் உத்தி
ராயணம், தகதினாயணம் என காலத்
துக்கேற்ற உணவு கூட வகுக்கப்பட்டுள்
ளது) என்பதை வகுத்துள்ளார்கள்.

எங்கே! இன்றும் எந்தக் கல்யாணத்தி
லாவது மோனரக் சரப்பிட்டு விட்டுப்
பாயசம் சாப்பிடுங்கள். ராஜரவாகப்
பிறப்பிர் கன்" என்று சொல்வதும்.

ஆரோக்கியத்துக்கு



தம் தாக்கே மறுத்துவிடும். இந்த
வரிசைக்கிராமத்தின் தத்துவம் இது
தான்.

பெரியவர்கள் உணவு கொள்ளும்
போது கவனியுங்கள். பேசவே மாட்
டார்கள். காற்று உள்சேருபுத்துவிடும்
என்பதற்காக வாய் கூட அழகாகத்
திறந்து மென்று உண்ணும் முறை.

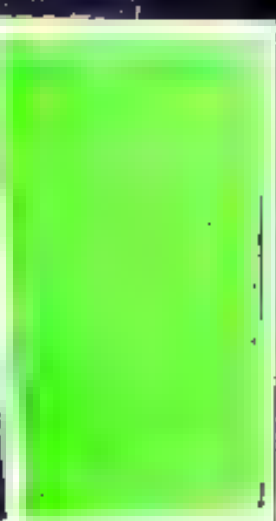
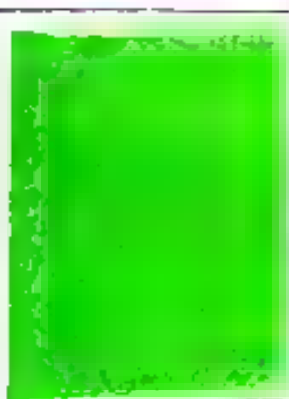
தமக்கு அவசரம் பாதி. ஊடனியு
டேயின் ஹால்யம் வேறு! வலிப்பு
திரம்பாத மாநில உணர்வு! அப்பறம்
எங்கெங்கே என்னென்ன இருக்கிறது
'டப்பா' பூரா கானி. காரணம் வாஸத்
திறந்து மூடி மென்று நினைமல்
காற்றை உள்ளே தள்ளி விடுவதே!
அப்பறம் பரிக்கிற மாநில உணர்வு.
ஊரே உள்ளே போய் விடும்!

சோம்ப அழகாக இருப்பார்கள்
பலர். உடம்பிலிருந்து வெளியேற
வேண்டிய 'மலம்' கூட 'பலம்' என்று
வலிற்றுக்குள் இருக்கும்! அவர்கள்
படும் அவஸ்தை அகத்தின் அழகு முகத்
தில்! அடிக்கடி மின்னலாகத் தெர
னும். பிரசவ அவஸ்தை! தண்ணீர்
திரம்ப வேண்டிய இடம் கூட
உணவினால் திரப்பப்பட்டிருக்கும்!

'உப்பு ஜாஸ்தியோ' தாகம் என்பவர்
கள். அரை கச்சட்டி சாம்பாரை
உள்ளே தன்னிலிருப்பார்கள். உப்பின்
குறையா இது! தாக்கின் திறமல்லவா?
அடிக்கோரு புளியேப்பம் பலரிட
மிருந்து தம்மை அரை மைல் விரட்டும்.
உடம்பின்செரிமாம் இல்லாவிட்டால்
கூட சாம்பாரை விடுவதில்லை இவர்
கள்.

எனவே ஆரோக்கியம் என்பது அன
லாச உணவு! தாம் உண்ணும்
உணவை ஜெரிக் கையத்து உப. பித்த,
வாத குணங்களைத் தளவாக்க
விடாமல் செய்வதற்குத் தாம் அது
கவைகளைக் கூட்டு விறோம் என்பது
புதித்ததா?

— தெரா.



மிக அதிக வாடகை கொடுத்து, வண்ண விலக்குகளால் அவங்கரித்துக் கடைகளை வெல்லும் துகழ்தோழியாக தீயாவளி நோய்களில் அவங்கரிக்கிறார்கள். அந்த ஒவியின் வெளிவிலேயே தங்களுடைய விவாபாரத்தைவும் கறுகனுப்பாக புத்திராவித்தனமாக நடத்துபவர்கள்தான் தடைபாசைக் கடைக்காரர்கள்.

பெரிய கடைகளுக்குப் போட்டி போடுவதில்லை. விதவிதமான ரெடிமெட் துணிகள், அவங்கார சாகுபாக்கம், சந்தைகளை என்னொளிக்கிறார்கள். பொருளாதாரத்தில் எந்த நிலையில் இருப்பவரும் நின்று பார்க்காமல், வாங்காமல் இருக்க முடியாது. பெயர் சொல்ல விரும்பாத ஒரு தடைபாசை விவாபாரி சொன்ன தகவல்கள்:—

“எல்லாம் செல்லுதீங்க? ஆனா எங்க பொறழப்பு பெரும் பொறழப்பா இருக்குங்க. வெளிநாடுகளிலே கூட தடைபாசை கடைகள் ரொம்பப் பிரபலமாம். பெரிய பெரிய மனுஷங்கள்லாம் வந்து வாங்குவாங்கனாம். ஏன் தம்ப நாட்டிலேயே டெயிலியில இவ்வியா, பாம்பேயிலே இவ்வியா... ஆனா இங்கே எங்களைப் போலீஸ்காரங்கள்

தொடுத்து, தொடுத்துன்னு தொத்தறாங்க. அதுவும் இப்போ இந்த மாநிலி பண்டுகை நாட்களில் தடைபாசைக் கடைகளை அகற்றுவதுன்னு, நடவடிக்கை எடுத்திருக்காங்க. என்னைதான் சொல்றது?” என்றிறார்.

இவர்கள் சொந்தமாக சென்னை நூர்ஜீடவுனில் வாங்கிக் கடைகளில் விற்பாடுகளாம். எல்லாம் பம்பாயிலிருந்து வருகிற ரெடிமெட் துணிகள்தான். ஏழைகளின் அழகு மாணிக்கங்களாக வந்தவை இப்போது தாக்கிப் பேச்சுளின் முத்துகளிடமாக மாறி விட்டதாம்.

இங்கே விற்பனையில், வர்ப்பு வந்ததால் காவேஜ் பொண்ணாங்க வாங்கிக்கிட்டு போறாங்க. அவங்களால் எங்களுக்கு தல்ல விவாபாரம்தான். யான் ஒண்ணு, வாங்கிக் கிட்டுப்போவது, நேருதையலைப்போட்டுக்கணும். அப்பறம் பாருங்க, மாடாச கழக்கு” என்றிறார் இவர்.

உண்மைதான். சனா, அழகு சாகுபா விஷயங்களில் தம்முடைய கண்ணோட்டமே மாறி வருவதால், காரில் வருகின்ற பெண்மணிகள் கூடத் தங்கள் பெண்களுக்கு விதவிதமான கடைகளை இங்கு வரங்குவிடுங்கள்.

கட்டுவாள். மாணவிகளுக்கும், நாகரிகம் விரும்பும் பெண்களுக்கும் விதவிதமான ரெடிமேட் ஆடைகள் மிக அற்புதமாகக் கிடைக்கின்றன. ஆனால் குழந்தைகளுக்கு அந்த அளவிற்கு முனைக்கம் கிடைப்பதில் எவ்வளவு இடைக்கொண்டால், 'ஏவிலிமை? எங்கள் கடைவில் வந்து பாருங்கள், எத்தனை முனைக்கம் இருக்கிறதென்று?' எவ் பார்ப்பன். ஆனால் உண்மையில் பெரிய பெண்களுக்குக் கிடைப்பது போல, அந்த அளவிற்கு முனைக்கம் குழந்தைகளுக்குக் கிடைப்பதில்லை! இது ஏன்? ஸ்டூடியோ ஸ்பைஸ் அடிபர் உஷா தியாகராஜன் சொல் லிறார்: —

“காரணம், பெரியவர்களுக்கு என் வரும் போது இரண்டே அளவுகள்தான், மீடியம், லார்ட் என. சாதாரண பெண்கள் அளவு வரும் இந்த மீடியம் அளவை உடுத்தலாம். குண்டாக இருக்கும் பெண்மணிகளுக்கு லார்ட் அளவு.

ஆனால் குழந்தைகள் அளவு என்றால் மொத்தம் எட்டு அளவுகள் வருகின்றன. ஒரு குழந்தையின் கற்றைவு அதிகமாக இருக்கும்; உயரம் குறைவாக இருக்கும். கற்றைவு குறைவு; உயரம் அதிகமாக

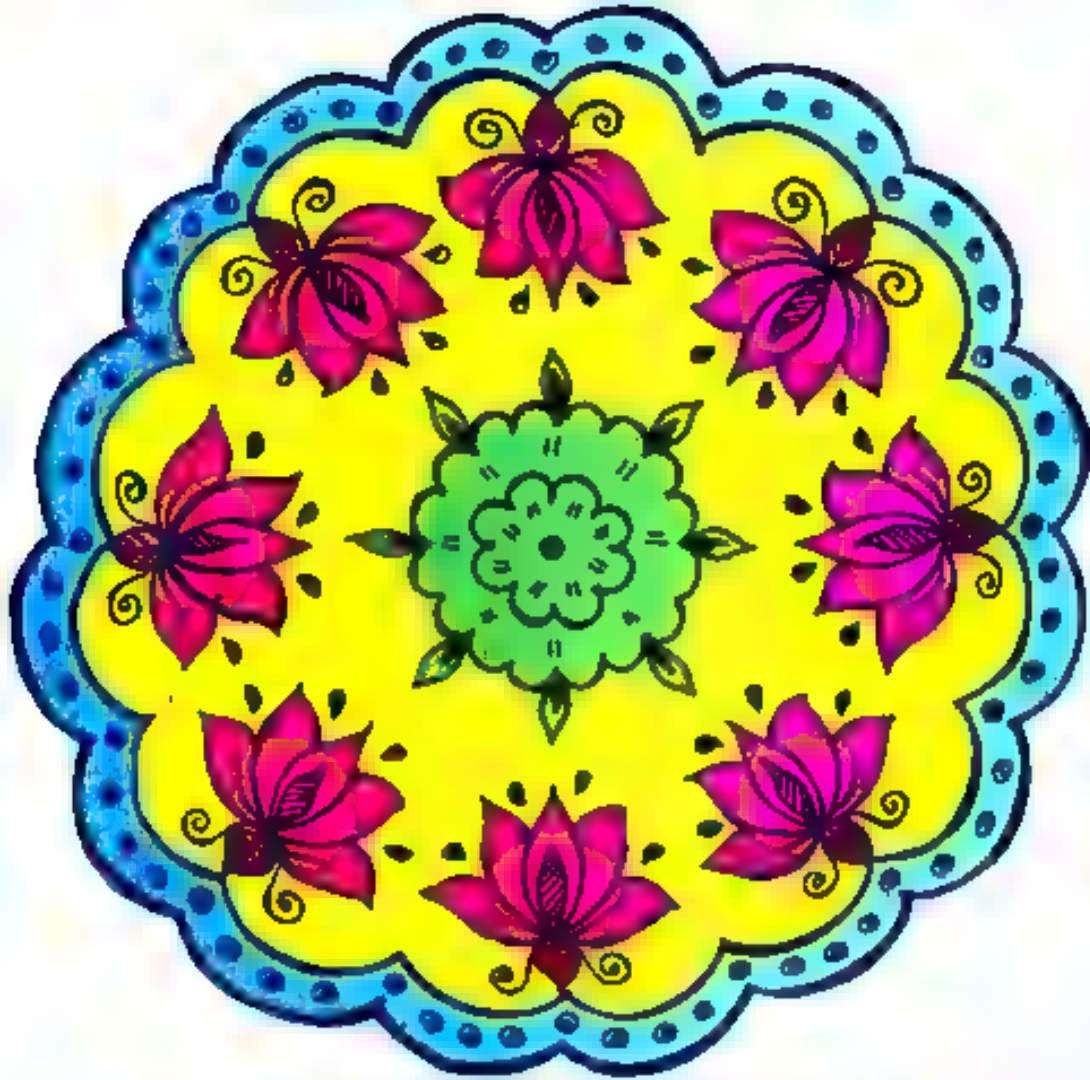
இருக்கும். வளரும் குழந்தைகள் வேறு. அதனால் குழந்தைகள் உடைகள் வதப்பதில் கொஞ்சம் சிரமம் இருக்கத்தான் செய் கிறது.

அதேபோல குழந்தைகள் உடைகள் ஏராளமாக இருக்கின்றனதான். ஆனால் பெரியவர் களின் உடைகள் போல சிம்பின் முனை களில் அழகிய உடைகள் கிடைப்பதில்லை என்பது உண்மைதான். காரணம், குழந்தை களுக்கு என் வரும்போது பெற்றோர்கள் கொஞ்சம் ஆடம்பரத் தோற்றத்துடன் கூடிய உடைகளைத்தான் விரும்புகிறார்கள். பட்டன் வைத்தது, வேல் வைத்தது, சிப்பலிடம் உவ்வுது என கொஞ்சம் காடி யாகவே இருக்க வேண்டும் என நினைக்கி றார்கள்.

அதனால் தான் உடைகள் வதக்கும் புல நிறுவனங்கள் இப்படித்தான் வதக்கின்றன. மிகக் குறைவான பெற்றோர்களே சிம்பின் முனைவை விரும்புகிறார்கள். அதனால் கடைக்காரர்கள் ‘ரிசை’ எடுக்க விரும்புவ தில்லை.

நிதியு குழந்தைகளுக்கு கவுன், ஸ்கர்ட் போன்ற உடைகள் நன்றாக இருக்கும். பந்து, பன்னிரண்டு வயதுக் குழந்தைகளுக்கு எடுப் பாக இருப்பது கடிதார் போன்ற உடைகள் தான் என்றொர் இவர்.





ரஞ்சிதம்

சுமத் ரகுநாதன்

தமக்கும் தவ்வது செய்து கொள்ள வேண்டும்; கொஞ்சம் சமூக சேவையும் செய்ய வேண்டும். இரண்டையும் ஒரு கல்லில் இரண்டு மாங்காயாக அடிக்க வேண்டுமா? சமூக சேவை திறவன்களில் துணி எது? பலர்களை அணுகுங்கள்.

இன்றைக்குப் பல மாநாடுகள் நடக்கின்றன. பல ஏழைப் பெண்கள் உதவல் கற்றுக் கொண்டு, உள் பரவாடை, தலைவனை உறை போன்ற வற்றைத் தைக்கிறார்கள். இவர்களின் தயாரிப்புகள் மொத்தமாகக் கடைகளுக்கு அனுப்பப்படுகின்றன. வரும் காபம் அந்த ஏழைப் பெண்களுக்கும், திறவன்களின் செலவிற்கும், பயன்படுத்தப்படுகிறது.

ஏன், தாமே தேரடிவாக இத்தகைய திறவன்களை அணுகி உடைகளை வாங்கக் கூடாது? கடைகள் அவர்களில் வாபத்தை ஏற்கத்தான் விரும்புகள்? விவசாயம் குறைவும், சமூக சேவைக்கு ஆதரவு அளித்தல் போன்றவை இருக்கும்?

உங்களுக்குள் செயல்படும் இத்தகைய சமூக சேவை திறவன்களை அணுகுங்கள். உங்களின் இந்த உதவியால் பல ஏழைப் பெண்களின் வாழ்க்கையில் பொருளாதாரம் மேம்படும்.

— மஞ்சளா ரமேஷ்.

பிரத்தியேகப் படங்கள்: யோகா

திருமணம்

திருமண மலர் பகுதியில் விளம்பரம் செய்யக் கட்டணம் ரூ. 50/-
 தொகையை, 'மங்களவர் மலர்' என்ற பெயருக்குச் சென்னைக் கல்
 ஏதாவது ஒரு வங்கியில் மாற்றக் கூடிய MICHடிமானிட்டி டிராப்டாக
 அனுப்ப வேண்டும். அவ்வழி மணியார்டர் ஸ்தலமாக அனுப்பலாம்.
 போஸ்டல் ஆர்டர் ஒன்றைக் கொள்வதில்லை. ஒரு விளம்பரத்தின் ஒரு
 வாரத்துக்கு 30 வார்த்தைகளுக்குள் விரவங்கள் தரவேண்டும். திருமண
 மலர் பகுதியில் விளம்பரம் செய்பவர்களின் விவரங்களைக் கொடுப்ப
 த்தில்கில்லை. விளம்பரங்களுக்குப் பதில் அனுப்புவார்கள், "விளம்பர
 தரக் கொட்டி என்..... /க. மங்களவர் மலர், சென்னை -
 600 033 என்ற விவரத்திற்கு அனுப்ப வேண்டும். தனிப்பட்ட கடிதப்
 போக்குவரத்து இடையாது.

பலா நெய்யை உட்பிசிவு சம்பதம்,
இருதம் தாழ் குடுப்பை விவரம்
கொடல் அழகுபெறும் பெரிய
எண் : 111.

தனித்தன்மை
அணிவதில் சுகம்
நீடித்த உறையு

வீணர் வெஷ்டிகள்

மிருகமாகது. அணிவதில்
சுகமாகது. அணிவதில்
தோற்றமளிப்பது.
பலிச்சிறும் வெண்கலம்
நிறத்த படைப்பி —
வெஷ்டிகள்.

பாணிவெட்டிநிலம்
தாவிழும் தாவிழும்
பலித்த பாணிவெட்டி
கரைவெட்டி
உயிர்த்துக்க கலை வெண்கலம்
— வீணர் வெஷ்டிகள்

பாணிவெட்டி
"கைவிட்டது"
"கைவிட்டது"

மேல் பருத்தி
மேல் பருத்தி
அம்பாணி
பாணி வெண்கலம்
வீணர் வெஷ்டிகள்
கைவிட்டது
கைவிட்டது வெண்கலம்
கைவிட்டது

வீணர்

புது அறிவிக்க முகவரி
முக்கோடுகள்



கைவிட்டது
வீணர் வெஷ்டிகள்
கைவிட்டது
[தொடர்ச்சி] அருள் திருமணி
741-1111111111 1111 1111

double Graduate teacher 35/
158 cms/Rs.1800 having slight
squint. Not by birth. Early decent
marriage. Reply with full details
to Box No.7195

* 29 year Boy, 18 years Girl
star Revathi, Avittam, Iyer sect
Vadamaj, working B.O. tall and
good looking wanted beautiful
qualified and working Girl
required. North Indian Girls are
preferred. Mutual also can be
accepted. Cothram Priya Kuya.
Write details to Box No 2196

• Wanted alliance for Kanyasa-
Iyer Boy Avittam P U C 32 yrs
5 feet 1700 from employed Girls
preferably Bombay/Madras
based Girls. Please reply to Box
No 7197

▪ Alliance invited from decently employed Boys for good looking Girl Srivatsa Gothram Vadamal Poolam Graduate employed as typist State Government age 30 height 155 cms salary 1100 subjects accepted Contact Box No 7196

* Alliance invited from Central/State/Bank/Limited Company employed Girls for Brahachari-nam Graduate Iyer Boy 28 years. Hantha Cothram, salary Rs.1600 per month, employed in a Limited Company & owning a House. Contact Box No 2199

* Alliance invited for unemployed, Vadama Bharathwasa Gu 29 yrs. SSLC, 165 cms. home leaving. Father Tamil (expired), Mother Telugu Brahmins. Lower middle class, immediate marriage. Apply to BGS No 7200

* Suitable alliance invited for very fair Savite Pillai Graduate. Bridgroom 30/5 6'7/5000 doing business video etc. Caste no bar. Preference to Brahmin. Medico Brides. Contact Box No 7201

* Iyer Non-vegetarians good looking Girl with decent train-
derable employment for Vadama
Boy Chidambaram Postgraduate Public
Admn 29/170/2400 Public
Sector and for sister 23 yrs
second year B.Sc., passed Engli-
sh and Tamil Higher typewriting
domestically trained Subsec-
no bar. Horoscope with detail
to Box No 7202

* கூடலாறு, கச்சி கோத்திரம்
திருவாரூர், மறு 27, செபர்
1871 செ.பி., என்.என்.என்.சி.
ஆதலிவந்தித் தட்டி, ஆ
லிவ செருத்திவந்தி, மறு
தும் துருவ கோத்திரம் செ

விடும். சிவாஜம், தருணம் தலை
நாடகம் பொருத்திய கோலா
குடி செல்வத் பெண்ணிற்று
அரங்கேற்றம் துறவியை தலை
நாடகியோடுகிறார் Se எழுதும்
குட்டி, நடமாடும் கண்கள்
கோலா. துறவியை குட்டி விவரத்
துட்டி, விவரம் விவரம் தலை
பெட்டி கடை: 7202.

* மூலக்க, எந்த தரத்தில்
கொண்டிருக்கிறார்கள். அந்த
தரம் கொண்டிருக்கிறார்கள். 25 வருஷ
கிழிந்த 25 வருஷ காலம் கால
காலம் தரவில்லை. அந்த
7304

* ஒன்றியத்தின் கருப்பொருள்
சென்ற ஆகஸ்ட் 25-1992-2600
சென்றோர் விதிகளின்மீது முழு
உடைவையிட்டு ஆட்சிமையாக மாறி
புதிய பெயர்விதிக் அதே கருப்
பொருள் சென்ற இன்றையதினம்தான்.

പ്രൊഫഷണലുകളുടെയും നോൺ പ്രൊഫഷണലുകളുടെയും സംരംഭങ്ങൾക്ക് വേണ്ടി സർക്കാരിന്റെ അനുമതിയോടെ പ്രവർത്തിക്കുന്ന ഒരു സ്ഥാപനമാണ് ഇത്.

സംസ്കാര മന്ത്രാലയം, ഗവൺമെൻ്റ് ഓഫീസ്,
പുഴയിൽ, കോട്ടയം ജില്ല

உயரம் 3'4", நெடும் தூரம் 2'6"
மேல் துறையில் சமீபமாக 300-
மீட்டர் தொலைவில் தாழ்ந்த
தாழ்ந்த தாழ்ந்த தாழ்ந்த
தாழ்ந்த தாழ்ந்த தாழ்ந்த
தாழ்ந்த தாழ்ந்த தாழ்ந்த

செலவுகள்: பிறந்த செலி 84.4 38, இரண்டாம் ஆண்டு செலவு 100.00 செலவு
மேலும் செலவு: 7294.

சென்னைக்குப் பணிபுரிக் கிற பெண் ணுக்கு தனம் சென்னைக் கடன், தனம் குடுப்பதற்குச் செய்த மான வகை தெரியா. அங்கு 82, தமிழ் நாட் அரசுப் பணிமீது குறைவு கொடுத்தல், அங்குமிருந்து செய்த இல்லற உறவு விவாதம் செய்தல்.

* வடமாநாடு, கார்த்திகையாறு கோட்டு
பிரம். அலுவலகம் 21 மார்ச், 2/4

[illegible]

* கோர்ட்டை கோவ்வளர், அகநகரம், 27 காவட்டி, எம்.எம்.எம்.சி. இரும்பிலிச் சிவராம் படித்து இருக்கிறார். கோர்ட்டை விவசாயத்தில்தான் ஈடுபட்டிருக்கிறார். இதை வகுப்பைப் படித்த காலத்திலே 10-வது வகுப்பு.

* மாதம் ரூ. 1000- செலவடைய
5.11 செலவு வீதம் (5 லட்சம்)

[illegible]

பெயர்: என். 7270.

பெரிய அளவுக்குள்ளேயே இருக்கிற பெண் தேவை. ஐதரம் அதுமேயும், பெரிய எண்: 7311.

பட்டதாரி பெண்மணிக்கு நல்ல கத்திரோலிடுமில்லாத கிராமம் பட்டதாரி மனமகன் தென்குண்டி பரவாதிக்கம். (From history of epilepsy) ச ம ம த ரு

* தேர்தல் வெள்ளாலைத் திறக்க, மீளக்கி, தேர்தல் நடைபெறும்.



22 Years Experience
2 Years Guarantee

Branch Office:
SHARAVANA ENGINEERING TRADERS
51 Hind Rajanaham Dope/Worah Dope
Dada Suresh Shukla Road
Dadar, Bombay 16
Ph: 447490 447378



Manufacturers:
SHARAVANA ENGINEERING TRADERS

43 Potha CONSIGATORS 641 601 PHONE 34350 44078 44231

Dealers:
NISTHA TRADING 401/11/12 Bombay Ph: 447778
V.D. FRANKLIN & Co. 58, Dora West, Bombay 37 Ph: 446993 47478
M.S. POND & SONS Brothers, Madras 18 Ph: 24697
SPECIALTY DISTRIBUTORS, No. 1, Vennarthuram, Chennai, Richey 17, Ph: 21384
SAUNDERS AND SONS, Madras 29 Ph: 417824
KALAI'S SHOP Main Road, Vengalooram 1 Ph: 93306 94330
TANJAVUR ENTERPRISES East Baga, New Delhi 8 Ph: 5232102
NEW MADRAS STORES & SONS, 38/40, New Delhi 8 Ph: 5721758
SEVEN HILLS ENTERPRISES S/7, Reda Flats, Subharna Road, Baroda 2 Ph: 321243

Manufacturers

SHARAVANA ENGINEERING TRADERS

R.S. PURAM CONSIGATORS 641 602 PHONE 34350 44078 44231

Ad Air

விஞ்ஞான ரீதியில் "கோல்டு காங்கிரீட்" முறையில்
தயாரிக்கப்பட்ட ஹேமா கோல்டு கவரிங் ஆபரணங்கள்



ஹேமா பிரகர்ஸ்

54, பாண்டி பஜார், சென்னை-600017, போன்: 442959.

சென்னை ஹேமா பிரகர்ஸ், 2/- தரையில் திறக்கப்படும் கிடைக்கும்.

பரத நாட்டிய செட்டுகளும் கிடைக்கும்

குறிப்பப் பெண்மீதிக்கு மத்திய, மாநில அரசு தனிமாத் திருவாயம், சொத்தத் தொழில் உள்வ வண் மலர் தேவைய செவ்வாயத் தொழில் திரண்டாம் இடம். குறிப்ப விரயம், ஐந்தாண்டில் மின்னணப் பிடுங்கும். பெட்டி எண்: 7413.

9. கெரோசின், வடிகா, புகைப்பாம்பு, காயுது 75, சம்பளம் ரூ. 12500, சென்னைவாசி தனியார், நிறுவனம், சேமிப்பு ரூ. 1,00,000 வரை தீவனச் சம்பளமில்லாதவர்க்கு கிளர்க்குத்து ஆளாகக்கூடு நேருவாசு குடும்பத்து அருங்கு செல்வாது குடும்பப்பயர்க்கான பெண் ஐரகத்திடம் எழுதுக. பெயர் எண்: 3212

4. பிரதமரானம், பாசத்திலுள்ள
பேரத்தம், கலாதி 27 வயது.
3.5" உயரம், சம்பளம் ரூ. 1200/-
மிதினாதினம் உயர உள்வாங்கு பிரதம
திருவனத்தில் ஸ்டேஷன்கலாக
லெனா பாசத்தும் சென்னைவில்
பெரத்த வீடு உள்வாங்குதல்.
3.5" உயரம், சம்பளம் ரூ.
1200/-, குழும்பப்பாசத்திலுள்ள
பேரலெனா சென்னை சென்னை
பெரல் தேனா, ஸ்டாசில் உட்பிரத
கல் சம்பளம், ஸ்டாசத்திலுள்
பெரல் சென்னைவிலும், பெரல்
வாசல் 7216.

[illegible]

எம்.டி. பழித்து வரும் 30 நாளுக்குள்ளே அது உயரமான பொய் துறைமுகமாக உருவாகிவிடுமென்று கருதுகிறார்கள். அப்போது அங்கு இருக்கும் அங்குசம், பி.பி.என். போன்ற அங்குசம் எஞ்சியிருப்பதில் பழித்து அங்குசம் கிழிசி போன்ற பாக்டீரியா அங்குசம் உருவாகும் என்று சொல்லுகிறார்கள். பொய் எண்: 1332.

* நேரடியானவர்கள் பின்னால் (அதாவது) வரது 19. 5 அடி உயரம், மாழிற்ம் எண்.எஸ்.எல்.டி. வரை மாத்திரம் குடுப்பத்தில் உள்ள குடுப்பப்பாக்களை பெண்

ஊத்தி (அனாபு தடசத்திரம்)
அரசு, கத்திரம் தனியார் துறையில்
பயிற்சாற்றும் அகிலது சொத்த
மாக தொழில் செய்வார்கள் ஊத
கத்திரம் தொடர்பு கொள்ளவும்.
பெரிய எண்: 7218.

9. சென்னை-கரிகல் மத்திய ஆரவிர விலாசம் ஆஃப் பரமிட்டிரிஸ் ஆஃப் திராவிட இளைஞர் சேர்த்த 20 வயது திராவிட மாநகர் கலாசாலை 1980, உயரம் 143 செ.மீ. உயரம் வரையில் மத்திய ஆரவிரவோ, மத்திய ஆரவிரவோ, தனிவர் தனது மீலோ பரமிட்டிரிஸ் அல்லது வேலையின்மேல் பரமிட்டிரிஸ் பெண் தென்னா. இரத்திரித் பேரதிரிசன. பெண் கல்வி 7213.

* Alliance invited for Tamil Veerasava Lingayat Desikar Girl. B Com.; 23/153/2200 National Bank, Bombay, transferable to State Capitals. Parents of cultured youth preferably, fair, tall above 165 in Banks/ All India Service correspond with maximum details and horoscope to Box No 7220

* Wanted Bridegroom well settled Govt. Bank employ or own business for educated fair 26/150. Domestically well trained intercaste. Caste no bar. Father Hindu. Contact Box No 7221

[illegible]

Alomari, Q. Lucie et al.: 2011.

4. தாழ்ந்த 43 வயதான குன்று பெண் குழந்தைகள் கல்வி கற்கு வகிை குறிப்பித்த கோரித்தல் பற்றியும், குறையும் கல்வி இயக்கம் ஆகாத அய்யாவு விதையாப் பெண் தேவை. கொடுத்த விழி, காதல் ரூ. 4000/- மத்திய அரசு நிர்வாகத்தில் வேலை. அதுமே, அதே கோரித்தம், அய்யா, கைகள், ஸ்தலத்திலும், விவரம் கொடுத்தும், பெரிய எண்: 7333.

9 சாண்டுவிகை நெகதரம், வட
நாள், பூரம் வயது 37, எம்.எஸ்.
எம்.சி. பெண்ணுக்கு தனிவந்ததி
நெகதரத்தினால் வரன் நேசை.
பெண்ணின் சகோதரன் பரணி
நட்சத்திரம் வயது 31(பி.எஸ்.சி.,
தனிவந்த கம்பெனியில் 1000
வாண்டுகள் வேலையிலுள்ள அது
காள் பெண் நேசை. பெண்
கொடுத்த பெண் வரன்கவு
செய்தது. சிவரங்கமுடன் தூத
செய்து. தூதர் அனுப்புவது. பெட்டி
எண்: 7134

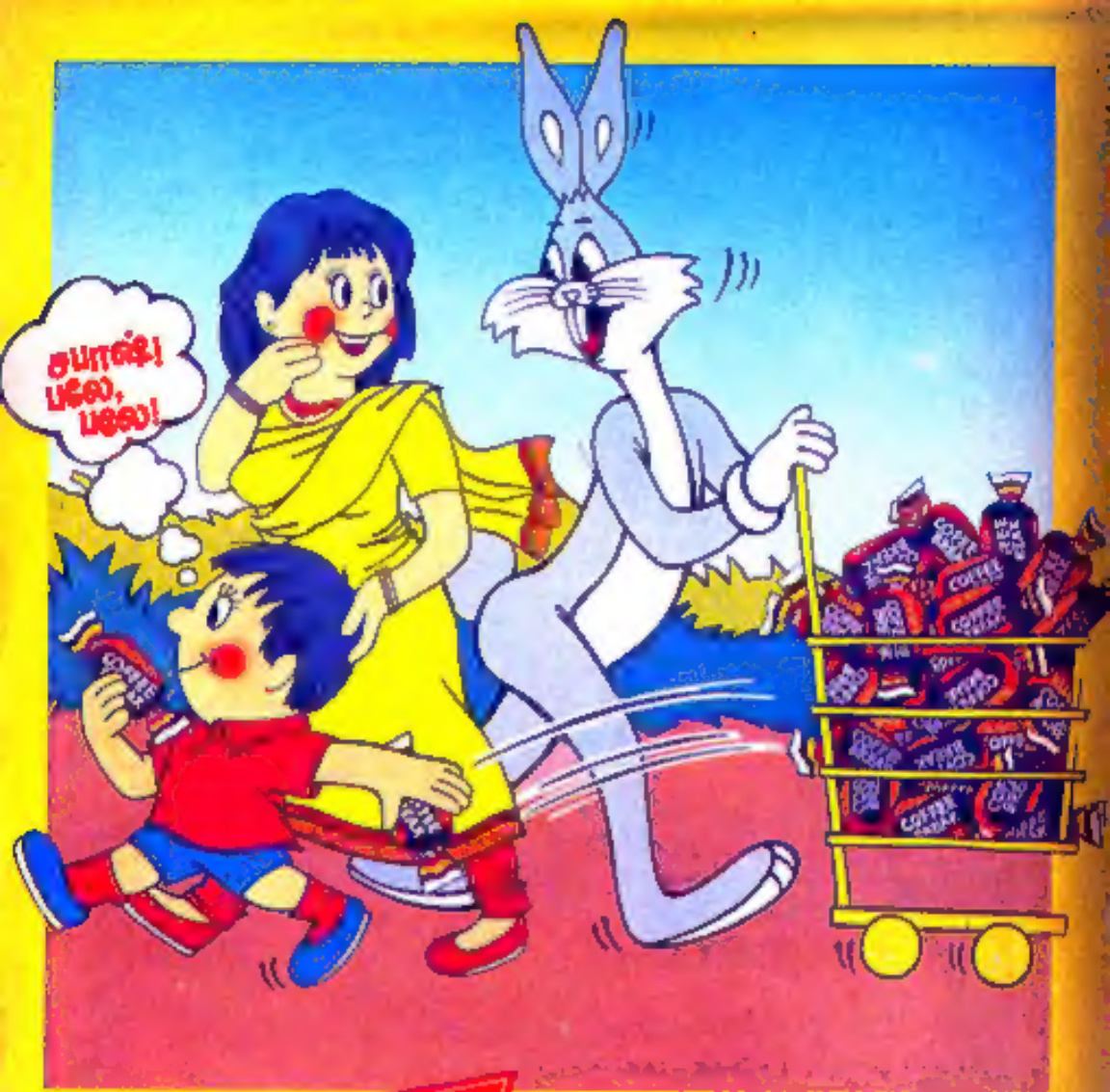
5. பாரதவாது கோத்திரம், வயது 35, மதம் வகுப்பைப் சேர்ந்த பெங்களூரில் வாழும் சொன்னிக்கு அந்நே வகுப்பைச் சேர்ந்த மணமகன் தேவன், பெயர்: என்: 7335.

* அடமானப் பரந்தவனுக்கு இருத ியை நடத்திதரம் 30 வயதான பட்டதாரி பெண்மூன்று நவர வேலைகளிலுள்ள அடமானப் பரந்த வேலை, தொட்டிப் கொள்வன வேண்டிய முறையிற்: பி. எஸ். சத்திர சேதன், 8, பட்டிப் தெரு, பெயர் கெட்டுவாரை நடதி, அம்பத்தூர், சென்னை 33.



பரதன் பப்ளிகேஷன்ஸ் பிரைவேட் லிமிடெட், கரப்பாக்கம், பாநம் அச்சுத்திட்டம் ஆசிரியர் பொதுப்பேற்று அச்சிட்டு வெளியிடுபவர். வி. முரளி, ஆணை ஆசிரியர்: கருணா நகேஷ்.

திரிமாநகர் ஸாதிக்காலம்: சென்னைக்கு எதிரே, பிம்பிடி, சென்னை - 605 002. போன்: 4 3134 3, 4 26 737, 4 34 14 5.
ஆல்குருத் சத்தா - உயிதாது: ரூ. 48/-; வெயிதாது: கப்பல் தூய்ம் ரூ. 720/-; விமாநகத் தூய்ம் ரூ. 270/-;
ஆல்குருத் சத்தா - உயிதாது: ரூ. 24/-; வெயிதாது: கப்பல் தூய்ம் ரூ. 60/-; விமாநகத் தூய்ம் ரூ. 135/-.



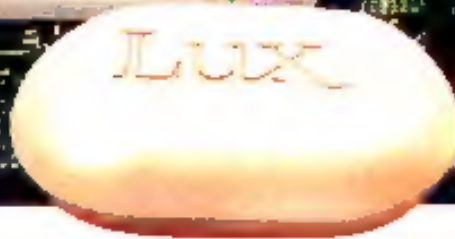
நியூட்ரின்
கா:பி
பிரேக்



● ருசியான ● கா:பி ● கமகம ● டா:பி ●
 ● நியூட்ரின் ● கா:பி ● டா:பி ●

அறிமுகம்

International
Lux



"70 நாடுகளிலே பெரிதும் விரும்பப்படும் மேனியெழில்
பராமரிப்பு சோப்புதான் எனக்கும் பெருவிருப்பம்!" ஷோம்



70 நாடுகளிலுள்ள மிக அழகான சினிமா நட்சத்திரங்கள் தேர்ந்தெடுத்தும் ஒரே மேனியெழில் பராமரிப்பு சோப் — இன்ட்டர்நேஷனல் லக்ஸ். ஏனெனில், செழுமையான, செறிவான நுணுக்கும், உலகே விரும்பும் நறுமணமும் உள்ளது இன்ட்டர்நேஷனல் லக்ஸ் மட்டுமே. இப்போது, இந்த சர்வதேச தரமேன்மையுள்ள மேனியெழில் பராமரிப்பு உங்களுக்கும் கிடைக்கிறது. இந்தியாவில்.

Lux

உலகெங்கும் சினிமா நட்சத்திரங்களின் அழகு சோப்.